

फास्ट फुड कुक
(Fast Food Cook)

को

छोटो अवधिको पाठ्यक्रम

(कम्पिटेन्सिमा आधारित मोड्युलर पाठ्यक्रम)



प्राविधिक शिक्षा तथा व्यावसायिक तालीम परिषद्

पाठ्यक्रम विकास महाशाखा

सानोठिमी, भक्तपुर

२०७०

आर्थिक सहयोग
प्राक्टिकल एक्सन नेपाल
नेपालगंज

बिषय सूची

परिचय	5
लक्ष्य	5
उद्देश्यहरु	5
पाठ्यक्रमको विवरण.....	5
पाठ्य संरचना.....	6
तालीम अबधि	7
लक्षित समूह	7
प्रशिक्षार्थी संख्या.....	7
प्रशिक्षण-भाषा	7
प्रशिक्षार्थी-उपस्थिति.....	7
यस पाठ्यक्रमको जोड	7
प्रवेश-मापदण्ड	7
अनुगमन-सुभाव	7
प्रमाण-पत्र	7
प्रशिक्षार्थी-मुल्याङ्कन	7
प्रशिक्षकको न्यूनतम योग्यता	8
प्रशिक्षक-प्रशिक्षार्थी अनुपात	8
प्रशिक्षकलाई सुभाव	8
(क) प्रशिक्षणको लागि सुभाव.....	8
(ख) प्रशिक्षार्थीको कार्यसम्पादन मूल्यांकनको लागि सुभाव.....	10
(ग) सीप-तालीमको लागि सुभाव.....	10
(घ) अन्य सुभावहरु.....	10
(ङ) सीप परीक्षणको प्रावधान	10
मोड्युल र सब-मोड्युलहरुको सूची	11
विस्तृत पाठ्यक्रम	12
मोड्युल १ : होटल, पर्यटन तथा किचन व्यवस्थापन गर्ने ।.....	12
सब मोड्युल १.१ : पर्यटन तथा सत्कार व्यवस्थापन गर्ने ।.....	12
सब मोड्युल १.२ : किचन अर्गनाइजेशनको व्यवस्थापन गर्ने ।.....	12
सब मोड्युल १.३ : औजार, उपकरणको प्रयोग तथा कार्यस्थल र खाद्य पदार्थको सुरक्षा गर्ने ।.....	13
मोड्युल २: आधारभूत कार्य गर्ने ।.....	15
मोड्युल ३: कटिङ्ग गर्ने ।.....	29

मोड्युल ४: नन् अल्कोहलिक पेय पदार्थ बनाउने ।.....	38
मोड्युल ५: अण्डाका परिकार बनाउने ।.....	46
मोड्युल ६: रोटीका परिकार पकाउने ।.....	54
मोड्युल ७: चाउमिनका परिकार पकाउने ।.....	63
मोड्युल ८: चाट र पकौडाका परिकार बनाउने ।.....	71
मोड्युल ९: फ्राइड राइसका परिकार बनाउने ।.....	80
मोड्युल १०: दाल तथा तरकारीका परिकार पकाउने ।.....	87
मोड्युल ११: मासुका परिकार बनाउने ।.....	97
मोड्युल १२: म:म का परिकार बनाउने ।.....	110
मोड्युल १३: अचारका परिकार बनाउने ।.....	118
मोड्युल १४: संचार गर्ने ।.....	125
मोड्युल १५ : वृत्ति विकास गर्ने.....	127
मोड्युल १६: उद्यमशीलता विकास (Entrepreneurship Development).....	129
एनेक्स-क.....	131
१. ज्यावल र उपकरणहरू.....	131
२. अध्ययन सामग्रीहरू.....	132
३. कार्यक्रम संचालनार्थ आवश्यक भौतिक सुविधाहरू.....	132

परिचय

यो "फाष्ट फुड कुक" विषयको पाठ्यक्रम साना होटल, रेष्टुरेण्ट तथा सडक भेन्डर (रोजगारी तथा स्वरोजगारी) संचालनको लागि आवश्यक ज्ञान र सीपयुक्त आधारभूत तहका मानव संसाधन उत्पादन गर्न तयार गरिएको सीपमा आधारित पाठ्यक्रम हो । यो पाठ्यक्रममा समावेश गरिएका ज्ञान र सीपलाई तालीम मार्फत सिकाई गरे पश्चात तालीममा सहभागी प्रशिक्षार्थीहरूलाई सम्बन्धित व्यावसायमा स्वरोजगार तथा बैतनिक रोजगार हुनका लागि अवसर प्रदान गर्नेछ ।

लक्ष्य

फाष्ट फुड कुक प्रविधि सम्बन्धी सीप र ज्ञानयुक्त उद्यमी वा स्व-रोजगार वा बेतन-रोजगार भई नेपाली जन-समुदायमा प्राविधिक-सेवा दिन सक्ने जनशक्ति उत्पादन गर्ने ।

उद्देश्यहरू

यो तालीम कार्यक्रम सम्पन्न भइसकेपछि प्रशिक्षार्थीहरूले निम्न उद्देश्यहरू पूरा गर्ने छन् ।

- ❖ होटल/रेष्टुरेण्ट तथा पर्यटन व्यवस्थापन संग फेमिलीयर बनाउने ।
- ❖ किचनमा प्रयोग हुने शब्द शब्दावली, औजार उपकरण तथा सामग्रीको बारेमा जानकार बनाउने ।
- ❖ साना होटल तथा रेष्टुरेण्ट सञ्चालन गर्न सक्षम बनाउने ।
- ❖ सडक भेण्डर (ठेला कुक) को रूपमा स्वरोजगार हुन सक्षम बनाउने ।
- ❖ रोजगार तथा स्वरोजगार बन्नको लागी निम्न कार्यहरू गर्न सक्षम बनाउने ।
 - होटल, पर्यटन तथा किचन व्यवस्थापन गर्ने ।
 - पर्यटन तथा सत्कार व्यवस्थापन गर्ने ।
 - किचन अर्गानाइजेशनको व्यवस्थापन गर्ने ।
 - औजार, उपकरणको प्रयोग तथा कार्यस्थल र खाद्य पदार्थको सुरक्षा गर्ने ।
 - आधारभूत कार्य गर्ने ।
 - कटिङ्ग गर्ने ।
 - नन् अल्कोहलिक पेय पदार्थ बनाउने ।
 - अण्डाका परिकार बनाउने ।
 - रोटीका परिकार पकाउने ।
 - चाउमिनका परिकार पकाउने ।
 - चाट र पकौडाका परिकार बनाउने ।
 - फ्राइड राइसका परिकार बनाउने ।
 - दाल तथा तरकारीका परिकार पकाउने ।
 - मासुका परिकार बनाउने ।
 - म:म का परिकार बनाउने ।
 - अचारका परिकार बनाउने ।
 - संचार गर्ने ।
 - वृत्ति विकास गर्ने ।
 - उद्यमशीलता विकास गर्ने ।

पाठ्यक्रमको बिबरण

यस पाठ्यक्रमले फाष्ट फुड कुकको लागि आवश्यक सीप र ज्ञान प्रदान गर्दछ । यस पाठ्यक्रममा आधारित तालीम कार्यक्रमले एकातर्फ प्रशिक्षकहरूलाई पाठ्यक्रममा समावेश भएका सीप तथा ज्ञानलाई प्रदर्शन गर्न तथा सिकाउन र अर्को तर्फ प्रशिक्षार्थीहरूलाई अभ्यास गर्न तथा सिक्न प्रचुर मौका दिन्छ । यस तालीम कार्यक्रममा प्रशिक्षार्थीहरूले

पाठ्यक्रममा समावेश गरिएका ज्ञान र सीपहरु सिक्नका लागि आवश्यक औजार, उपकरण तथा सामग्रीहरु प्रयोग गरी उक्त ज्ञान र सीपहरु अभ्यास गर्ने र सिक्ने मौका प्राप्त गर्दछन् ।

सफलतापूर्वक यो कार्यक्रम संपन्न गरिसकेपछि प्रशिक्षार्थीहरु आधारभूत कार्य गर्न, कटिङ्ग गर्न, नन् अल्कोहलिक पेय पदार्थ बनाउने, अण्डाका परिकार बनाउने, रोटीका परिकार पकाउने, चाउमिनका परिकार पकाउने, चाट र पकौडाका परिकार बनाउने, फ्राइड राइसका परिकार बनाउने, दाल तथा तरकारीका परिकार पकाउने, मासुका परिकार बनाउने, मःम का परिकार बनाउने, अचारका परिकार बनाउने, संचार गर्ने, वृत्ति विकास गर्न र उद्यमशीलता विकास गर्न सक्षम हुनेछन् ।

पाठ्य संरचना

	पेशा:फास्ट फुड कुक (Fast Food Cook) मोड्युल /सब-मोड्युलहरु	श्वभाव	समय (घण्टा)		
			सै	ब्या	जम्मा
१	होटल, पर्यटन तथा किचन व्यवस्थापन गर्ने ।	सै+ब्या	१०	१०	२०
	सब मोड्युल : १.१ पर्यटन तथा सत्कार व्यवस्थापन गर्ने ।	सै	४	०	४
	सब मोड्युल : १.२ किचन अर्गनाइजेशनको व्यवस्थापन गर्ने ।	सै	२	०	२
	सब मोड्युल : १.३ औजार, उपकरणकोप्रयोग तथा कार्यस्थल र खाद्य पदार्थको सुरक्षा गर्ने ।	सै+ब्या	४	१०	१४
२	आधारभूत कार्य गर्ने ।	सै+ब्या	९	२१	३०
३	कटिङ्ग गर्ने ।	सै+ब्या	४	२४	२८
४	नन् अल्कोहलिक पेय पदार्थ बनाउने ।	सै+ब्या	३	१२	१५
५	अण्डाका परिकार बनाउने ।	सै+ब्या	३	१५	१८
६	रोटीका परिकार पकाउने ।	सै+ब्या	४	२४	२८
७	चाउमिनका परिकार पकाउने ।	सै+ब्या	३	१८	२१
८	चाट र पकौडाका परिकार बनाउने ।	सै+ब्या	४	२०	२४
९	फ्राइड राइसका परिकार बनाउने ।	सै+ब्या	३	१५	१८
१०	दाल तथा तरकारीका परिकार पकाउने ।	सै+ब्या	४	२३	२७
११	मासुका परिकार बनाउने ।	सै+ब्या	८	४२	५०
१२	मःम का परिकार बनाउने ।	सै+ब्या	६	२४	३०
१३	अचारका परिकार बनाउने ।	सै+ब्या	३	११	१४
१४	संचार गर्ने ।	सै+ब्या	४	६	१०
१५	वृत्ति विकास गर्ने ।	सै+ब्या	४	६	१०
१६	उद्यमशीलता विकास गर्ने	सै+ब्या	१८	२२	४०
		जम्मा	९०	३१२	४०२

सै= सैद्धान्तिक/ब्या= व्यावहारिक

तालीम अबधि

- यस पाठक्रममा आधारित तालीम कार्यक्रमको जम्मा समयावधि ४०२ घण्टा (तीन महिना) हुनेछ ।

लक्षित समूह

- साधारण लेखपढ गर्न सक्ने तथा यस व्यवसायमा अभिरुचि राख्ने व्यक्तिहरु ।

प्रशिक्षार्थी संख्या

- अधिकतम २० जना ।

प्रशिक्षण-भाषा

- नेपाली वा अंग्रेजी वा दुवै ।

प्रशिक्षार्थी-उपस्थिति

- सैद्धान्तिक कक्षाहरुमा ८० प्रतिशत उपस्थिति हुनुपर्ने ।
- व्यावहारिक(प्राक्टिकल) कक्षाहरुमा ९० प्रतिशत उपस्थिति हुनुपर्ने ।

यस पाठक्रमको जोड

- यस पाठक्रमले सीप विकासमा जोड दिन्छ । यस पाठक्रममा ८० प्रतिशत समय सीप सिकाईमा र २० प्रतिशत समय ज्ञान सिकाईमा छुट्याईएको छ ।
- तसर्थ, यस पाठक्रमको जोड पाठक्रममा समावेश गरिएका सीपहरु प्रदान गर्न वा सिकाउनमा हुनेछ ।

प्रवेश-मापदण्ड

- साधारण लेखपढ गर्न सक्ने तथा यस व्यवसायमा अभिरुचि राख्ने व्यक्तिहरु ।
- कम्तिमा १६ वर्ष उमेर पुगेका व्यक्तिहरु ।
- संचालित प्रवेश परीक्षा उत्तीर्ण गरेका व्यक्तिहरु ।

अनुगमन-सुभाब

यस कार्यक्रमको सफलताको मूल्यांकन र भविष्यमा यो पाठ्यक्रम परिमार्जन गर्न आवश्यक पृष्ठपोषण संकलनको लागि यो पाठ्यक्रमले निम्नानुसारको सुभाब दिन्छ ।

- पहिलो अनुगमन - तालीम कार्यक्रम समाप्त भएको ६ महिना पछि ।
- दोश्रो अनुगमन - पहिलो अनुगमन समाप्त भएको ६ महिना पछि ।
- अनुगमनचक्र - दोश्रो-अनुगमन समाप्त भएको १ वर्ष पछि, प्रत्येक वर्ष, ५ वर्ष सम्म ।

प्रमाण-पत्र

यो पाठक्रम अनुसारको तालिम सफलतापूर्वक सम्पन्न गर्ने प्रशिक्षार्थीहरुलाई सम्बन्धित तालीम दिने संस्थाले "फाष्टफुड कुक" को प्रमाणपत्र प्रदान गर्नेछ ।

प्रशिक्षार्थी-मुल्याङ्कन

- प्रशिक्षार्थीहरुले प्राप्त सीपको मूल्यांकन सम्बन्धित प्रशिक्षकले नियमित रुपमा गर्नुपर्नेछ ।
- प्रशिक्षार्थीहरुले सिकेको सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञानको मूल्यांकन सम्बन्धित प्रशिक्षकले मौखिक वा लिखित परीक्षाद्वारा गर्नु पर्नेछ ।
- प्रशिक्षार्थीहरुले सफल हुन प्रत्येक मोड्यूलका प्रयोगात्मक र सैद्धान्तिक दुवै मूल्यांकनमा छुट्टाछुट्टै कम्तिमा ६० प्रतिशत अंक प्राप्त गर्नु पर्नेछ ।

- प्रत्येक मोड्यूलमा ३ बटा आन्तरीक मूल्यांकन र एउटा अन्तिम परिक्षा (सम्बन्धित संस्थाले नै) लिनु पर्नेछ ।
- प्रवेश परीक्षा सम्बन्धित संस्थाले नै लिनु पर्नेछ ।

प्रशिक्षकको न्यूनतम योग्यता

- सम्बन्धित विषयमा प्राविधिक एस.एल.सी वा सीप परीक्षण तह २ उत्तीर्ण
- राम्रो संचार तथा प्रशिक्षण सीप भएको
- सम्बन्धित व्यावसायमा अनुभवी

प्रशिक्षक-प्रशिक्षार्थी अनुपात

- प्रयोगात्मक कक्षाको लागि अनुपात : - १ : १०
- सैद्धान्तिक कक्षाको लागि अनुपात : - कक्षा कोठाको अवस्था अनुसार तय गर्ने

प्रशिक्षकलाई सुझाव

(क) प्रशिक्षणको लागि सुझाव

१. उद्देश्य चयन गर्नुहोस् ।

- संज्ञानात्मक क्षेत्रका उद्देश्य लेख्नुहोस् ।
- मनोकार्यात्मक क्षेत्रका उद्देश्य लेख्नुहोस् ।
- भावात्मक क्षेत्रका उद्देश्य लेख्नुहोस् ।

२. विषयवस्तु चयन गर्नुहोस्

- विस्तृत तवरले विषयवस्तुको अध्ययन गर्नुहोस् ।
- संज्ञानात्मक क्षेत्रसँग सम्बन्धित विषयवस्तु चयन गर्नुहोस् ।
- मनोकार्यात्मक क्षेत्रसँग सम्बन्धित विषयवस्तु चयन गर्नुहोस् ।
- भावनात्मक क्षेत्रसँग सम्बन्धित विषयवस्तु चयन गर्नुहोस् ।

३. प्रशिक्षणात्मक विधिहरू चयन गर्नुहोस् ।

- प्रशिक्षक केन्द्रित विधि : व्याख्यान, प्रदर्शन, प्रश्नोत्तर, सामान्यीकरण (इन्डक्सन) तथा विशिष्टिकरण
- (डिडक्सन) विधि
- विद्यार्थी उन्मुख विधि जस्तै प्रयोगात्मक, फिल्ड ट्रीप/भ्रमण, आविष्कार, अनुसन्धान, समस्या समाधान, सर्वेक्षण
- अन्तर्क्रियात्मक विधि जस्तै : छलफल, समूह/ टोली प्रशिक्षण, लघु-शिक्षण र प्रदर्शनी ।
- नाटक विधि जस्तै रोल प्ले (भूमिका निर्वाह) र नाटकीकरण

४. प्रशिक्षण सामाग्रीहरू छनोट गर्ने

- प्रशिक्षण सामाग्रीहरू/शैक्षिक सामाग्रीहरू पहचान गर्ने
- प्रशिक्षण सामाग्रीहरू/शैक्षिक सामाग्रीहरू छनोट गर्ने
- छानेका प्रशिक्षण सामाग्रीहरू/शैक्षिक सामाग्रीहरू उचित पाठ, समय र स्थानमा प्रयोग गर्ने योजना बनाउने

५. पाठ योजना तयार गर्ने
 - सैद्धान्तिक कक्षाका लागि पाठ योजनाको नमुना छनोट गर्ने
 - सैद्धान्तिक कक्षाका लागि पाठ योजना तयार गर्ने
 - व्यावहारिक कक्षाका लागि पाठ योजनाको नमूना छनोट गर्ने
 - व्यावहारिक कक्षाका लागि पाठ योजना तयार गर्ने
६. प्रशिक्षण संचालन गरिने स्थानहरुको संगठन/ब्यवस्थापन गर्ने
 - कक्षाकोठाको संगठन/ब्यवस्थापनको योजना तयार गर्ने
 - योजना अनुसार कक्षाकोठाको संगठन/ब्यवस्थापन गर्ने
 - फिल्ड वर्कको संगठन/ब्यवस्थापनको योजना तयार गर्ने
 - योजना अनुसार फिल्ड वर्कको संगठन/ब्यवस्थापन गर्ने
 - कार्यशालाको संगठन/ब्यवस्थापनको योजना तयार गर्ने
 - योजना अनुसार कार्यशालाको संगठन/ब्यवस्थापन गर्ने
७. प्रशिक्षण/कार्यक्रम प्रस्तुत/संचालन गर्ने
 - पाठ योजना लिने
 - पाठ योजना अनुसार प्रशिक्षण/कार्यक्रम प्रस्तुत/संचालन गर्ने
 - पाठ योजना अनुसार प्रशिक्षण विधि प्रयोग गर्ने
 - पाठ योजना अनुसार प्रशिक्षण सामाग्रीहरु उपयुक्त समय र स्थानमा प्रयोग गर्ने
८. प्रशिक्षण गर्दा प्रशिक्षण उद्देश्य, पाठ्यांश र प्रशिक्षण विधि बीच समन्वय/तालमेल कायम गर्ने
 - प्रशिक्षण उद्देश्य अनुसार पाठ्यांश छनोट गर्ने
 - उद्देश्य र पाठ्यांश अनुसार प्रशिक्षण सामाग्री छनोट गर्ने
 - उद्देश्य, पाठ्यांश र प्रशिक्षण सामाग्री अनुसार प्रशिक्षण विधि छनोट गर्ने
 - पाठ प्रस्तुत गर्दा, छनोट गरिएको उद्देश्य अनुसार, छनोट गरिएको पाठ्यांश, छनोट गरिएका प्रशिक्षण सामाग्री र प्रशिक्षण विधि प्रयोग गरी प्रस्तुत गर्ने
९. परीक्षार्थी मूल्यांकन गर्ने
 - परीक्षार्थी उपलब्धि मूल्यांकन साधनहरु छनोट गर्ने
 - परीक्षार्थीका संज्ञानात्मक क्षेत्रसँग सम्बन्धित उपलब्धिहरु मूल्यांकन गर्ने
 - परीक्षार्थीका मनोकार्यात्मक क्षेत्रसँग सम्बन्धित उपलब्धिहरु मूल्यांकन गर्ने
 - परीक्षार्थीका भावनात्मक क्षेत्रसँग सम्बन्धित उपलब्धिहरु मूल्यांकन गर्ने
१०. प्रशिक्षण/कार्यक्रम मूल्यांकन गर्ने
 - प्रशिक्षण/कार्यक्रम मूल्यांकनका साधन (हरु) संग परिचित हुने
 - प्रशिक्षण/कार्यक्रम मूल्यांकनका साधन (हरु) छनोट गर्ने
 - प्रशिक्षण/कार्यक्रम मूल्यांकनका साधन (हरु) प्रयोग गर्ने
 - प्रशिक्षण/कार्यक्रम मूल्यांकन गर्ने

(ख) प्रशिक्षार्थीको कार्यसम्पादन मूल्यांकनको लागि सुझाव

१. कार्य विश्लेषण गर्ने
२. विस्तृत कार्यसम्पादन जाँचकसूची तयार गर्ने
३. तयार गरिएको विस्तृत कार्यसम्पादन जाँचकसूची प्रयोग गरी प्रशिक्षार्थीहरुको लगातार कार्यसम्पादन मूल्यांकन गर्ने

(ग) सीप-तालीमको लागि सुझाव

१. कार्यसम्पादन प्रदर्शन गर्ने
 - कार्यसम्पादन स्वाभाविक गतिमा प्रदर्शन गर्ने
 - क्रमानुसार कार्यसम्पादन कदमक्रमहरु मन्द गतिमा मौखिक वर्णन गर्दै प्रश्नोत्तर विधि अपनाएर प्रत्येक कार्यसम्पादन कदमक्रमहरुलाई प्रशिक्षार्थी समक्ष प्रदर्शन गर्ने
 - आवश्यक परेमा उपरोक्तानुसारको मन्द कार्यसम्पादन कदमक्रमहरुको प्रदर्शन प्रशिक्षार्थीको आवश्यकता वा माग अनुसार दोहोर्याउने वा तेहेर्याउने
 - अन्तिम पटक कार्यसम्पादन प्रदर्शन गर्ने
२. प्रदर्शित कार्यसम्पादन अभ्यास गर्न प्रशिक्षार्थीहरुलाई यथेष्ट मौका दिने
 - प्रशिक्षार्थीहरुलाई पथप्रदर्शित अभ्यास (गाईडेड प्राक्टिस) गराउने
 - प्रदर्शित कार्यसम्पादन अभ्यास गर्न प्रशिक्षार्थीहरुलाई समुचित बातावरण सृजना गरि दिने
 - कार्य अभ्यासको क्रममा प्रशिक्षार्थीहरुलाई कदम कदममा सहयोग वा पथप्रदर्शन (गाईड) गर्ने
 - प्रशिक्षार्थीहरुको आवश्यकतानुसार दिईएको कार्यसम्पादन गर्न निपूर्ण हुनका लागि प्रशिक्षार्थीहरुलाई दोहोर्न्याउने वा पुनः पुनः दोहोर्न्याउने मौका प्रदान गर्ने
 - दिईएको कार्य संपादन गर्न प्रशिक्षार्थीहरु निपूर्ण भएपछिमात्र प्रशिक्षकले अर्को कार्यसम्पादन प्रदर्शन गर्ने

(घ) अन्य सुझावहरु

१. सीप तालीमका सिद्धान्तहरु प्रयोग गर्ने
२. प्रशिक्षण गर्दा २० प्रतिशत समय सैद्धान्तिक कक्षामा र ८० प्रतिशत समय प्रयोगात्मक कक्षामा प्रयोग गर्ने
३. बयश्क सिकाईका सिद्धान्तहरु प्रयोग गर्ने
४. आन्तरिक अभिप्रेरणाका सिद्धान्तहरु प्रयोग गर्ने
५. सिकाई तथा कार्यसम्पादन क्रियाकलापहरुमा प्रशिक्षार्थीहरुलाई अधिकतम सम्लग्न हुन सहज गराई दिने

(ङ) सीप परीक्षणको प्रावधान :

फाष्ट फुड कुक तालिम सफलतापूर्वक संपन्न गर्ने व्यक्ति राष्ट्रिय सीप परीक्षण समितिबाट संचालन गरिने तह-१ को सीप परीक्षणमा सहभागी हुन सक्नेछन् ।

मोड्युल र सब-मोड्युलहरुको सूची

मोड्युल १	होटल, पर्यटन तथा किचन व्यवस्थापन गर्ने ।
सब मोड्युल : १.१	पर्यटन तथा सत्कार व्यवस्थापन गर्ने ।
सब मोड्युल : १.२	किचन अर्गनाइजेशनको व्यवस्थापन गर्ने ।
सब मोड्युल : १.३	औजार, उपकरणको प्रयोग तथा कार्यस्थल र खाद्य पदार्थको सुरक्षा गर्ने ।
मोड्युल २	आधारभूत कार्य गर्ने ।
मोड्युल ३	कटिङ्ग गर्ने ।
मोड्युल ४	नन् अल्कोहलिक पेय पदार्थ बनाउने ।
मोड्युल ५	अण्डाका परिकार बनाउने ।
मोड्युल ६	रोटीका परिकार पकाउने ।
मोड्युल ७	चाउमिनका परिकार पकाउने ।
मोड्युल ८	चाट र पकौडाका परिकार बनाउने ।
मोड्युल ९	फ्राइड राइसका परिकार बनाउने ।
मोड्युल १०	दाल तथा तरकारीका परिकार पकाउने ।
मोड्युल ११	मासुका परिकार बनाउने ।
मोड्युल १२	मःम का परिकार बनाउने ।
मोड्युल १३	अचारका परिकार बनाउने ।
मोड्युल १४	संचार गर्ने ।
मोड्युल १५	वृत्ति विकास गर्ने ।
मोड्युल १६	उद्यमशीलता विकास गर्ने ।

बिस्तृत पाठ्यक्रम

मोड्युल १ : होटल, पर्यटन तथा किचनब्यवस्थापन गर्ने ।

सब मोड्युल १.१ : पर्यटन तथा सत्कार व्यवस्थापन गर्ने ।

समय : ४ घण्टा (सै) = ४ घण्टा
<p>बर्णन(Description) : यसमा पर्यटन तथा यसका प्रकारहरू साथै सत्कार (Hospitality) र होटलहरूका प्रकारहरूसंग सम्बन्धित ज्ञान र सिपहरू समावेश गरिएका छन् ।</p> <p>उद्देश्यहरू(Objectives):</p> <ul style="list-style-type: none">● पर्यटन सम्बन्धि ज्ञान प्रदान गर्ने ।● सत्कारका प्रकृतिहरूको ज्ञान प्रदान गर्ने ।● होटल तथा रेष्टुरेन्टका प्रकारहरू सम्बन्धि ज्ञान प्रदान गर्ने । <p>सम्बन्धित ज्ञानहरू :</p> <ol style="list-style-type: none">१. पर्यटन तथा पर्यटकको परिचय२. पर्यटनबाट हुने फाइदा तथा बेफाइदाहरू३. सत्कारको परिचय४. सत्कारका प्रकृतिहरू५. होटल तथा यसका प्रकारहरू६. रेष्टुरेन्ट तथा यसका प्रकारहरू७. होटलको संगठनात्मक ढाँचा

सब मोड्युल : १.२ किचन अर्गनाइजेशनको व्यवस्थापन गर्ने ।

समय : २ घण्टा (सै) = २ घण्टा
<p>बर्णन(Description) : यसमा किचनमा काम गर्ने व्यवसायिक कूकहरूको संगठन र तिनिहरूको दायित्व संग सम्बन्धित ज्ञान र सिपहरू समावेश गरिएका छन् ।</p> <p>उद्देश्यहरू(Objectives):</p> <ul style="list-style-type: none">● किचन अर्गनाइजेशन सम्बन्धि ज्ञान ।● किचनमा काम गर्ने कूक र तह सम्बन्धि ज्ञान ।● किचनका शाखा उपशाखा सम्बन्धि ज्ञान ।● किचनमा काम गर्ने कूकहरूको दायित्व सम्बन्धि ज्ञान । <p>सम्बन्धित ज्ञानहरू :</p> <ol style="list-style-type: none">१. कूकको परिभाषा, काम, कर्तव्य दायित्व, गुण तथा विशेषताहरू ।२. किचन अर्गनाइजेशनमा काम गर्ने कूकहरूको तह।३. किचन अर्गनाइजेशनको चार्ट तथा शाखा, उपशाखाहरू ।४. किचन स्टाफको तह अनुसारको काम कर्तव्य र उत्तरदायित्व।

सब मोड्युल : १.३औजार, उपकरणको प्रयोग तथा कार्यस्थल र खाद्य पदार्थको सुरक्षा गर्ने ।

समय : ४घण्टा (सै) + १० घण्टा (ब्या) = १४ घण्टा

बर्णन(Description) : यसमा औजार, उपकरण र सुरक्षा संग सम्बन्धित ज्ञान र सिपहरु समावेश गरिएका छन् ।

उद्देश्यहरु(Objectives):

- औजार र उपकरणहरु प्रयोग गर्ने ।
- सुरक्षाका उपायहरु अपनाउने ।

कार्यहरु(Tasks) :

निम्न औजार तथा उपकरणहरुसंग परिचित हुने तथा प्रयोग गर्ने :

१. कोनिकल स्ट्रेनर प्रयोग गर्ने ।
२. काठको दाविलो प्रयोग गर्ने ।
३. टर्नर स्पातुलाको प्रयोग गर्ने ।
४. सुप ल्याडलको प्रयोग गर्ने ।
५. सस ल्याडलको प्रयोग गर्ने ।
६. चपिङ्ग बोर्डको प्रयोग गर्ने ।
७. स्टिमरको प्रयोग गर्ने ।
८. टोष्टर मेशिनको प्रयोग गर्ने ।
९. नुडल मेशिनको प्रयोग गर्ने ।
१०. चक्कुहरुको प्रयोग गर्ने ।
११. किचेन फोर्कको प्रयोग गर्ने ।
१२. ग्रेटर प्रयोग गर्ने ।
१३. ब्लेण्डर मेशिनको प्रयोग गर्ने ।
१४. ग्रेण्डर मेशिनको प्रयोग गर्ने ।
१५. जुसर मेशिन प्रयोग गर्ने ।
१६. सिजलर प्लेटको प्रयोग गर्ने ।
१७. हुड्स्कको प्रयोग गर्ने ।
१८. स्पाइडर नेटको प्रयोग गर्ने ।
१९. पिलर (आलु तास्ने) मेशिन प्रयोग गर्ने ।
२०. फ्रिजको प्रयोग गर्ने ।
२१. मिट ह्यामर प्रयोग गर्ने ।
२२. डिप फ्रिजको प्रयोग गर्ने ।
२३. ग्यांसको रेगुलेटर प्रयोग गर्ने ।
२४. ग्रिल सेण्डवीच मेशिन प्रयोग गर्ने ।

सुरक्षा :

१. साधारण प्राथमिक उपचार गर्ने ।
२. आगलागीबाट सुरक्षा अपनाउने ।
३. व्यक्तिगत सुरक्षाका उपकरण प्रयोग गर्ने ।
४. धारिलो औजारहरुबाट सुरक्षित हुने ।
५. मेशीनरी सामानहरु प्रयोग गर्दा निर्देशनको पालना गर्ने ।
६. ग्यांस चुल्हो होशियारीपूर्वक चलाउने ।
७. विद्युत्तिय उपकरणहरु होशियारीपूर्वक प्रयोग गर्ने ।

सफा सुगधर राख्ने (कार्यस्थल) :

१. फोहर मैला राख्ने बाल्टिन छोपेर राख्ने ।
२. भुई सफा राख्ने ।
३. प्रयोग भएका औजारहरु सफा राख्ने ।
४. हुटहरु सफा राख्ने ।
५. भेण्टिलेशन सिलिंग सफा गर्ने ।
६. एक्जस्टिंग फ्यान सफा राख्ने ।
७. भित्ताहरुको धुलो र दागहरु हटाउने ।
८. काम गर्ने टेबुल सफा गर्ने ।
९. सिंकहरु सफा राख्ने ।
१०. किचेन रेन्ज र ओभनहरु सफा गर्ने ।
११. चपिंग बोर्ड जहिले पनि सफा गर्ने ।
१२. औजारहरुलाई यथास्थानमा राख्ने ।
१३. ब्लेण्डर मेशिन सफा गर्ने ।
१४. फ्रिज सफा गर्ने ।
१५. ड्रेनेज सफा गर्ने ।

खाद्य संरक्षण :

१. खाद्य पदार्थहरु सफा सुगधर राख्ने ।
२. तरकारीहरुलाई धोई, पखाली गर्ने ।
३. सुख्खा खाद्य बस्तुलाई केलाउने (सफा गर्ने)
४. तरकारीहरुलाई छांटकांट गरी फ्रिजमा भण्डारण गर्ने ।
५. केलाएको सुख्खा बस्तुलाई हावा नछिर्ने गरी बचाएर राख्ने ।
६. माछा/मासु भण्डारण गर्ने ।
७. उपभोग मिति जांच गर्ने ।
८. डिब्बा बन्द खाद्य बस्तु डिब्बा खोलेपछि अलग राख्ने ।
९. उत्पादित खानामा मिति उल्लेख गरी भण्डारण गर्ने ।
१०. पाकेको खाना एकपल्ट मात्र तताएर प्रयोग गर्ने ।
११. पाकेको, भण्डारण गरेको खाना ७२ घण्टाभित्र प्रयोग गर्ने ।
१२. पाकेको, खाना २ घण्टाभित्र नखाने भए ९० मिनेट भित्र चिसो गरी भण्डारण गर्ने ।
१३. पाकेको खाना चिसो भए पछि मात्र राम्रो संग प्लाष्टिकले छोपेर फ्रिजमा भण्डारण गर्ने ।

मोड्युल २: आधारभूत कार्य गर्ने ।

समय : ९घण्टा (सै) + २१घण्टा (ब्या) = ३०घण्टा

वर्णन(Description): यसमा प्रारम्भिक कार्य गर्नेसंग सम्बन्धित ज्ञान र सीपहरु समावेश गरिएका छन् ।

उद्देश्यहरु(Objectives) :

- प्रशिक्षर्षीलाई फाष्टफुड कुकका लागी आवश्यक आधारभूत कार्यहरु गर्न सिकाउने ।

कार्यहरु(Tasks) :

- १ व्यक्तिगत सरसफाई गर्ने ।
- २ भान्साको सरसफाई गर्ने ।
- ३ औजार उपकरणको सरसफाई गर्ने ।
- ४ म्यारिनेटिंग मसलाहरु तयार पार्ने ।
- ५ कच्चा खाद्य तथा पेय पदार्थ संकलन गर्ने ।
- ६ खाद्य तथा पेय पदार्थको सरसफाई गर्ने ।
- ७ कच्चा खाद्य तथा पेय पदार्थ जाँच गरी भण्डारण गर्ने ।
- ८ अर्ध तयारी खाद्य पदार्थ भण्डारण गर्ने ।
- ९ फोहर मैला व्यवस्थापन गर्ने ।
- १० क्लिनिङ एजेन्टहरु भण्डारण गर्ने ।
- ११ औजारमा धार लगाउने ।
- १२ साधारण प्राथमिक उपचार गर्ने ।

कार्य विश्लेषण
(Task Analysis)

(प्रारम्भिक कार्य गर्ने)

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : १ घण्टा

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

व्यवहारिक : घण्टा

कार्य(Task)१: व्यक्तिगत सरसफाई (Personal Hygiene) गर्ने ।

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १० ११ १२ १३ १४	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>टवाइलेट गएपछि, खाना चलाई सकेपछि हात धुने ।</p> <p>कम्तिमा हप्ताको ३ पटक नुहाउने ।</p> <p>किचेनमा क्याप लगाएर काम गर्ने ।</p> <p>नङ्ग हप्ताको १ पटक काट्ने ।</p> <p>लोगने मानिसले केश छोटो पारी काट्ने ।</p> <p>युनिफर्म लगाएर काम गर्ने वा एउटा एप्रोन सम्म लगाउने ।</p> <p>खाना पकाउने ठाउँमा नथुक्ने ।</p> <p>खाना पकाउने ठाउँमा सिगरेट, खैनी नखाने ।</p> <p>खाना टेस्ट गर्दा सानो चम्चा प्रयोग गर्ने ।</p> <p>किचेनमा जुत्ता अनिवार्य लगाउने ।</p> <p>हातमा चोट पटक लागेमा ह्यान्ड प्लास्ट लगाउने ।</p> <p>किचेनमा काम शुरु गर्नु भन्दा पहिले साबुन पानीले हात धुने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> साबुन, तौलिया, सफा पानी</p> <p><u>कार्य (Task):</u> व्यक्तिगत सरसफाई (Personal Hygiene) गर्ने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● सफा, चिटिक्क परेको वा स्मार्ट ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । 	<p><u>परिचय</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● व्यक्तिगत सरसफाईको महत्व तथा उद्देश्य ● कुकमा हुनु पर्ने गुण तथा विशेषताहरू <p><u>व्यक्तिगत सरसफाई</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● हात धुने तरिकाको ज्ञान । ● कसरी खाना विशाक्तहुन बाट रोकथाम गर्ने सम्बन्धि ज्ञान । ● व्याक्टेरिया सम्बन्धि ज्ञान ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- साबुन, तौलिया

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- खानामा रौ, पसिना तथा अन्य ब्याक्टेरीया तथा भाइरसबाट मुक्त बनाउने ।
- शरिरलाई चुस्त दुरुस्त र फुर्तिलो बनाइएको ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ घण्टा

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

व्यवहारिक : २ घण्टा

कार्य(Task): भान्छाको सरसफाई (Kitchen Hygiene) गर्ने ।

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१. २. ३. ४. ५. ६. ७. ८. ९. १०. ११. १२. १३.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>चपीङ्ग बोर्ड प्रयोग गरेपछि धुने, सुख्खा गर्ने र ठाडो गरि राख्ने ।</p> <p>पकाउने भाडाहरू प्रयोग गरेपछि धोएर सुख्खा गरि राख्ने ।</p> <p>चुल्हो हरेक दिन सफा गर्ने ।</p> <p>खाना बनाउदा प्रयोग गर्ने टेबल, टूली धोएर सफा पार्ने ।</p> <p>फोहर हाल्ने ढकन सहितको विनमा प्लाष्टिकको भोला राख्ने र त्यस माथी फोहर फाल्ने ।</p> <p>युनिफर्म लगाएर काम गर्ने वा कम्तीमा एउटा एप्रोन सम्म लगाउने ।</p> <p>चक्कहरू धोएर सुख्खा पारेर राख्ने ।</p> <p>फ्रिज हप्ताको १ पटक सफा पानीले धोएर, सुख्खा पारी राख्ने ।</p> <p>डिप फ्रायर, ग्रीडल प्लेट हप्ताको १ पटक सफा गर्ने ।</p> <p>फोहर फाल्ने वीन दैनिक सफा गर्ने ।</p> <p>किचनको भूईँ सिलिङ्ग, भ्याल, पर्खाल तथा नाली सफा गर्ने ।</p>	<p>दिईएको (Given): सर्फ, वायर ब्रस, स्पन्ज, पानी, डस्टर, वाइपर र इस्कूइजर</p> <p>कार्य (Task): भान्छाको सरसफाई (Kitchen Hygiene) गर्ने ।</p> <p>मापदण्ड (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रुपमा सम्पादन भएका । ● सफा, टलक्क भएको भान्छा ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● सर्फ प्रयोग सम्बन्धी ज्ञान । ● भान्छाका विभिन्न ठाँउ अनुसारका (भुईँ, सिलिङ्ग, टायल, पार्केट, भित्ता आदि)सफा गर्ने तरिका सम्बन्धी ज्ञान ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- सर्फ, वायर ब्रस, स्पन्ज, डस्टर
- सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
 - कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : २ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : २घण्टा

कार्य(Task): औजार उपकरणहरु सरसफाई (Cleaning of Equipments) गर्ने ।

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरु (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६. ७.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा सामग्रीहरु संकलन गर्ने ।</p> <p>कुनै पनि औजारहरु तथा उपकरणहरु सफा गर्दा पहिले सर्फ पानीले माभन्ने वा धुने ।</p> <p>त्यस पछि सफा पानीमा डुवाउने । यो पानी उमालेको भए राम्रो हुन्छ ।</p> <p>फेरी अर्को सफा पानीले पखाल्ने ।</p> <p>त्यसपछि सफा कपडाले पुछ्ने ।</p> <p>च्याकमा खात मिलाएर राख्ने ।</p>	<p>दिईएको (Given): सर्फ, स्पन्ज, वायर स्पन्ज, पानी, डस्टर</p> <p>कार्य (Task): औजार उपकरणहरु सरसफाई (Cleaning of Equipments) गर्ने ।</p> <p>मापदण्ड (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन भएका । सफा, टिलिक्क टल्कने औजार तथा उपकरणहरु सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरु अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> औजार, उपकरणको प्रयोग, नाम र सोही अनुसारको सफा गर्ने तरिका । सुरक्षा सम्बन्धी जानकारी ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरु (Tools, Equipment and Materials):

- सर्फ, वायर ब्रस, स्पन्ज, पानी, डस्टर

सुरक्षा/सावधानीहरु (Safety/Precautions):

- औजार उपकरणहरु सरसफाई गर्दा सुरक्षित ह्याण्डल गर्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ४ घण्टा

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task): म्यारिनेटिंग मसलाहरू तयार पार्ने । (Prepare Marinade spices)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१. २. ३. ४. ५.	<p>आवश्यक जानकारी लिने । चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने । कार्यस्थल सफा सुगंध राख्ने । पूर्व तयार (Mis-en-place) गर्ने । धुलो मसला : जीरा, धनियाँ, खुर्साना, गरम मसला, चाट मसला, चना मसला, बेसार हिंग साबूत मसला : जीरा, खुर्साना, तेजपात, कालो जीरा, दालचिनी, सुकुमेल, ल्वाङ्ग, अलैची, मेथी, सौंफ, करीपत्ता, जाइफल, साफ्रोन, जयपत्ती, तिल, लट्टे इत्यादि पेष्ट मसला : अदुवा लसुनको पेष्ट, इमली कन्टिनेन्टल मसलाहरू : मस्टर्ड पाउडर, कालो मरिच, सेतो मरिच, नून हर्वसहरू : वेसिल, तेजपात, Chives, Dill, Parsley, Marjoram, Mint, Sage, Oregano, Rosemary, Tarragon, Thym इत्यादि बोटल : Worcestershire, Vinegar etc. चाइनिज: Soy sauce, Oyster sauce, Tomato ketchups, black bean sauce, Five spices, Wild pepper powder, Salt Pepper सुरक्षा/सावधानी अपनाउने । औजार र उपकरण सफा गर्ने । कार्यस्थल सफा गर्ने । औजार र सामग्रीहरू भण्डारण गर्ने । कार्यसम्पादनको अभिलेख राख्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यस्थल काम गर्ने टेबुल आवश्यक औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू र अवयवहरू <p><u>कार्य (Task):</u> म्यारिनेटिंग मसलाहरू तयार गर्ने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । मिसावट नभएको सफा पाउडर मसलाहरू, Expire नभएको बोटल ससहरू, ताजा पिसेको मसलाहरू सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<p><u>म्यारिनेटिंग मसला :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> विभिन्न मसलाहरूको अवधारणा अवयवहरू बनाउने तरीकाहरू पूर्व सावधानी इण्डियन मसलाहरू सुख्खा, पेष्ट र गोडा कन्टिनेन्टल मसला र हर्वस, बोटल ससहरू चाइनिज मसलाहरू, बोटल ससहरू सुरक्षा र सावधानीहरू । कार्यस्थल, ज्याबल, र उपकरणको सरसफाई । ज्याबल र सामग्रीहरूको भण्डारण । कार्यसम्पादनको अभिलेख राख्ने विधि ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- ब्लेण्डर मेसिन, धुलो मसला राख्ने बट्टाहरू, रेफ्रिजेरेटर इत्यादि
- धुलो सुख्खा : कालो मरिच, सेतो मरिच, अजिनोमोटो, टिमुर, स्टार एनिस (चकी फूल)

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- धुलो मसला हावा नछिर्ने बट्टामा बन्द राख्ने ।
- Paste मसलाहरू रहेको भाँडा Cling film ले छोपेर रेफ्रिजेरेटरमा राख्ने ।
- बोटलहरू सफा संग पुछेर राख्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- किचेन सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : २घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२घण्टा

व्यवहारिक : १ १/२घण्टा

कार्य(Task) ५: कच्चा खाद्य तथा पेय पर्दाथ संकलन गर्ने (Receiving of Goods)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६. ७.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामाग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>खाद्य तथा पेय पर्दाथ माग गरे अनुसारको मात्रा हेर्ने ।</p> <p>खाद्य तथा पेय पर्दाथको डेट अफ एक्सपायर हेर्ने ।</p> <p>खाद्य तथा पेय पर्दाथहरू आवश्यक स्तरका छ वा छैन हेर्ने ।</p> <p>खाद्य तथा पेय पर्दाथहरूको क्यान कुच्चिएको, बोटलको विको खिया लागेको प्रयोगमा नल्याउने ।</p> <p>खाद्य तथा पेय पर्दाथहरूको मुल्य समय अनुसारको उपयुक्त भए नभएको हेर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> विभिन्न प्रकारका कच्चा खाद्य तथा पेय पदार्थहरू</p> <p><u>कार्य (Task):</u> कच्चा खाद्य तथा पेय पर्दाथ संकलन गर्ने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● ताजा राम्रो संग प्याक गरेको, डेट एक्सपायर नभएको माग अनुसारको मात्रा तथा स्तरको हुनु पर्ने । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● छिटो कुहिने र छिटो नकुहिने खाद्य तथा पेय पदार्थ सम्बन्धी जानकारी ● कुच्चिएको फुटेको र गुणस्तर खाद्य पदार्थ र त्यसको प्याकेजिङ्ग सम्बन्धी जानकारी । ● मिति सकिएको खाद्य तथा पेय पदार्थ छुट्टाउने सम्बन्धी जानकारी

औजार, उपकरण र सामाग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- विभिन्न प्रकारका कच्चा खाद्य तथा पेय पदार्थहरू

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : २ घण्टा
सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा
व्यवहारिक : १ १/२ घण्टा

कार्य(Task) ६:खाद्य तथा पेय पर्दाथको सरसफाई गर्ने (Cleaning of Food stuffs)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सवै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>साग सब्जी ओइलिएको, कुचिएको पात छुट्ट्याएर राख्ने ।</p> <p>दाल, चामल तथा अन्य गेडा गुडी केलाएर राख्ने ।</p> <p>क्यान बोटलहरू कार्टुनबाट निकालेर राख्ने ।</p> <p>पेय पर्दाथका बोटलहरू राम्रो संग पुछेर राख्ने ।</p> <p>माछा, मासु राम्रो संग पखालेर फ्रिजमा राख्ने ।</p> <p>ताजा तरकारीहरू पोटोस पानीमा डुवाएर करिब आधा घण्टा राख्ने ।</p> <p>फलफूलहरू राम्रो संग पुछेर राख्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> तरकारी, माछा, मासु, पानी तथा पोटोस ।</p> <p><u>कार्य (Task):</u> खाद्य तथा पेय पर्दाथको सरसफाई गर्ने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रुपमा सम्पादन भएका । ● प्राकृतिक रंग जोगाई राखिएको ● सफा तथा किटाणु रहित खाद्य तथा पेय पर्दाथ हुनु पर्ने । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● तरकारी तथा फलफूल, माछा तथा मासु साथै पेय पदार्थको नाम, प्रयोग र सुरक्षित ह्याण्डलीङ्ग सम्बन्धी ज्ञान । ● प्राकृतिक रंग जोगाई राखिएको ।

औजार,उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- तरकारी, माछा, मासु, पानी तथा पोटोस ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- प्राकृतिक रंग जोगाई राखिएको ।
- औजार उपकरणहरू सरसफाई गर्दा सुरक्षित ह्याण्डल गर्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ घण्टा

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

व्यवहारिक : २ घण्टा

कार्य(Task) ७: कच्चा खाद्य तथा पेय पदार्थ जांच गरी भण्डारण गर्ने (Storing of Goods)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६. ७. ८. ९. १०.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>क्यान, पाकेट तथा बोतलहरूको खाद्य पदार्थमा एक्सपायर डेट हेर्ने ।</p> <p>क्यान फुडहरू नकुच्चिएको छुट्याई भण्डारण गर्ने ।</p> <p>बोतलको विक्रो खिया लागे नलागेको जांच गरि भण्डारण गर्ने ।</p> <p>स्टोर गर्दा First In First Out प्रणाली लागु गर्ने ।</p> <p>लामो समय स्टोर गर्ने माछा तथा मासुहरू डिप फ्रिजमा राख्ने ।</p> <p>अण्डा, दही, दुध, फलफुल, तरकारी तथा माछा मासुहरू रेफ्रिजेरेटरमा राख्ने ।</p> <p>गेडा गुडीहरू ढकन भएको भाडामा राख्ने ।</p> <p>सबै भण्डारण गर्नु पर्ने खाद्य पदार्थहरू भुईँ सतह भन्दा माथी शिल्भ (Shelves) मा राख्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> खाद्य तथा पेय पदार्थहरू ।</p> <p><u>कार्य (Task):</u> कच्चा खाद्य तथा पेय पदार्थ जांग गरी भण्डारण गर्ने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● खाद्य तथा पेय पदार्थहरू खान तथा पिउन योग्य हुनु पर्ने । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● खाद्य तथा पेय पदार्थहरू भण्डारण गर्ने ज्ञान । ● First In First Out प्रणाली सम्बन्धी ज्ञान ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- खाद्य तथा पेय पदार्थहरू । (फेन्टा, स्प्राइट, कोक, बियर आदि)
- फ्रिज तथा च्याकहरू सहितको कुलिङ्ग रुम

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- उपयुक्त तापक्रम मिलाईएको, भ्यान्टीलेसन र मुसा तथा अन्य किरावाट आवश्यकता अनुसारको सुरक्षा अपनाईएको ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : २ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : १ १/२ घण्टा

कार्य(Task) द:अर्ध तयारी खाद्य पदार्थ भण्डारण गर्ने (Storing of Pre-prepared Foods)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६. ७.	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. तरकारीहरू जस्तै गाजर, सिमी, बन्दा, काउली, केराउ छेउ काटेर, छोडाएर, उम्लिएको पानीमा आधासरो उसिनेर, चिसो बनाएर फ्रिजमा राख्ने ।</p> <p>४. नुडल्सहरू उसिनेर, चिसो पारेर, तेल दलेर फ्रिजमा राख्ने ।</p> <p>५. माछा, मासुहरू काटेर, छोपेर फ्रिजमा राख्ने ।</p> <p>६. आलु उसिनेर फ्रिजमा राख्ने ।</p> <p>७. अदुवा, लसुन, प्याज धोएर, बोक्रा निकालेर, काटेर वा पिसेर, छोपेर फ्रिजमा राख्ने ।</p>	<p>दिईएको (Given): खाद्य सामग्रीहरू , चक्कु, पिलर ।</p> <p>कार्य (Task): अर्ध तयारी खाद्य पदार्थ भण्डारण गर्ने ।</p> <p>मापदण्ड (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● अर्ध तयारी खाद्य पदार्थहरू आवश्यकता अनुसार प्रयोगमा ल्याउन सक्ने अवस्थामा हुनु पर्ने । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● खाद्य सामग्रीहरू छिल्ने, काट्ने, उसिने सम्बन्धी ज्ञान भएको । ● First In First Out प्रणाली सम्बन्धी ज्ञान । ● आवश्यकता अनुसार अर्ध तयारी खाद्य पदार्थ उपयुक्त वातावरणमा भण्डारण गर्ने ज्ञान । ● कुकिङ्ग मेथड जस्तै ब्वाइलिङ्ग, सिमरिङ्ग, ब्लान्चीङ्ग तथा फ्राइङ्ग सम्बन्धि ज्ञान ।

औजार,उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- खाद्य सामग्रीहरू , चक्कु, पिलर ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- उपयुक्त तापक्रम मिलाईएको, भ्यान्टीलेसन र मुसा तथा अन्य किराबाट आवश्यकता अनुसारको सुरक्षा अपनाईएको ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ घण्टा

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

व्यवहारिक : २घण्टा

कार्य(Task) ९:फोहर मैला व्यवस्थापन गर्ने ।

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६. ७. ८.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>तरकारीहरू केलाउदा, छिल्दा वोक्राहरू टेवल माथी पर्ने गरि गर्ने र पोलिथिन व्यागमा हाली पोको पारी वीनमा राख्ने ।</p> <p>पाकेट, बोतल तथा क्यानहरू छुट्टै वीनमा राख्ने ।</p> <p>फोहरहरूलाई ठुलो भाडोमा जम्मा गरी हरेक दिन फाल्न लगाउने ।</p> <p>फोहर राख्ने भाडा ढकन सहितको हुनु पर्ने ।</p> <p>फोहर फाल्ने भाडा खाली हुने वित्तिकै धोएर घोप्ट्यार राख्ने ।</p> <p>कुहिने र नकुहिने खाद्य तथा त्यसका प्याकेट छुट्टाछुट्टै राख्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> फोहर फाल्ने भाडा, पोलिथिन व्याग ।</p> <p><u>कार्य (Task):</u> फोहर मैला व्यवस्थापन गर्ने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● भान्छा हेर्दा सफा देखिने, गन्ध नआउने हुनु पर्छ । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● फोहरका प्रकारहरू । ● फोहर मैला व्यवस्थापन सम्बन्धी ज्ञान भएको हुनु पर्ने । ● सडने र नसडने, बल्ने फोहर व्यवस्थापन गर्ने ज्ञान ।

औजार,उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- फोहर फाल्ने भाडा, पोलिथिन व्याग ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- वातावरणको स्वथ्यता लाई ध्यानमा राखी उपयुक्त स्थानमा फोहर मैला व्यवस्थापन गरिएको ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : २ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२घण्टा

व्यवहारिक : १ १/२घण्टा

कार्य(Task) १०: क्लिनिङ्ग एजेन्ट भण्डारण गर्ने । (Storing of Cleaning Agents)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सवै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>क्लिनिङ्ग एजेन्ट भण्डारण गर्न प्रयोग हुने न्याकहरू, भण्डारण गर्ने सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>भण्डारण गर्ने क्लिनिङ्ग एजेन्टहरू आवश्यकता अनुसार पूछेर भण्डारण गर्न योग्य बनाउने ।</p> <p>क्लिनिङ्ग एजेन्टको प्रकृति अनुसार तोकिए अनुसारको न्याकमा भण्डारण गर्ने ।</p> <p>खाद्य सामग्री भन्दा टाढा राख्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> क्लिनिङ्ग एजेन्टहरू ।</p> <p><u>कार्य (Task):</u> क्लिनिङ्ग एजेन्टहरू भण्डारण गर्ने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । कुनै पनि खाद्य तथा पेय पदार्थहरू क्लिनिङ्ग एजेन्टको वास्नायुक्त हुनु हुदैन । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> क्लिनिङ्ग एजेन्टहरू प्रकार, नाम र प्रयोग बारे ज्ञान । क्लिनिङ्ग एजेन्टहरूको प्रकृति अनुसार व्यवस्थापन गर्ने ज्ञान । क्लिनिङ्ग एजेन्टहरूको सुरक्षित प्रयोग नगर्नाले हुन सक्ने खतरा सम्बन्धी जानकारी ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- क्लिनिङ्ग एजेन्ट जस्तै साबुन, सर्फ, इन्सेक्टिसाइड, पोलिस, डिटोल, रुम फ्रेशनर, न्याकहरू, ब्रश, ब्रुम, मप

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- क्लिनिङ्ग एजेन्टहरूको प्रकृति अनुसार सुरक्षित प्रयोगमा ल्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : १ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : १ घण्टा

कार्य(Task) ११: औजारमा धार लगाउने । (Sharpening of equipment)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सबै औजारहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. धार लगाउंदा प्रयोग गरिने सार्पनर, धार लगाउनु पर्ने चक्कुहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>४. परम्परागत तरिकाबाट धार लगाउने भए थोरै पानी हाल्दै ढुङ्गामा चक्कुको धार घोट्दै जाने ।</p> <p>५. बुचर स्टील चक्कु भए त्यसलाई दायां हातले समाउने र सार्पनरमा करिब ४५ डिग्रीको एङ्गल मिलाई धोट्दै जाने ।</p> <p>६. धारिलो भए नभएको हेर्दै छाम्दै चेक गर्ने ।</p> <p>७. चक्कु धारिलो भए चक्कु र सार्पनर वा ढुङ्गालाई धोई पखालि सफा गरि निश्चित ठाँउमा भण्डारण गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> सार्पनर तथा नलाग्ने चक्कुहरू ।</p> <p><u>कार्य (Task):</u> औजारमा धार लगाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । चक्कुहरू धारिलो र सफा हुनु पर्छ । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> चक्कुको धार लगाउने तरिका सम्बन्धी ज्ञान । औजारका प्रकार र प्रयोग सम्बन्धी जानकारी औजार उपकरणहरू सुरक्षित ट्याण्डल सम्बन्धी जानकारी ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- सार्पनर वा ढुङ्गा नलाग्ने चक्कुहरू ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- औजार उपकरणहरू सुरक्षित ट्याण्डल गरिएको ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ४ घण्टा

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) १२:साधारण प्राथमिक उपचार गर्ने । (First Aid)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६. ७.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>प्राथमिक उपचारमा प्रयोग गरिने औषधि, ब्यान्डेजहरू बक्समा तयार गर्ने ।</p> <p>हात काटेमा तुरुन्त घाउ सफा, सुख्खा गरेर एन्टीसेफ्टिक जस्तै डिटोल, बेटाडिन कटनमा राखेर घाउ माथी राख्ने । त्यस पछि व्याण्डेज वा हेन्जाप्लास्टर लगाउने ।</p> <p>पोलेको घाउमा सके सम्म पानी नपार्ने, बर्नर मलम लगाउने । कुनै पनि व्याण्डेज प्रयोग नगर्ने ।</p> <p>टाउको दुखेमा, पेट दुखेमा, रिगंटा लागेमा सोहि अनुसारको औषधी खाने र अराम गराउने ।</p> <p>आवश्यक परे हस्पिटल जाने वा जान सल्लाह दिने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> प्राथमिक उपचार किट बक्स ।</p> <p><u>कार्य (Task):</u> साधारण प्राथमिक उपचार गर्ने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । प्राथमिक उपचारको लागि आवश्यक सामग्रीहरू हुनु पर्ने । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> प्राथमिक उपचारको परिभाषा, गर्ने तरिका र उपयुक्त उपचार सम्बन्धी ज्ञान ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- प्राथमिक उपचार किट बक्स ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- शारीरिक एवं खानेकुराको सुरक्षा र सावधानि अपनाईएको ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

मोड्युल ३: कटिङ्ग गर्ने ।

समय : ४ घण्टा (सै) + २४घण्टा (ब्या) = २८ घण्टा

वर्णन(Description): यस मोड्युलमा कटिङ्ग गर्नेसंग सम्बन्धित ज्ञान र सीपहरु समावेश गरिएका छन् ।

उद्देश्यहरु(Objectives) :

- प्रशिक्षार्थीलाई फाष्टफुड कुकका लागी आवश्यक पर्ने आधारभुत कटिङ्ग कार्यहरु गर्न सिकाउने ।

कार्यहरु(Tasks) :

- १ पिलिङ गर्ने ।
- २ फाइन चप गर्ने ।
- ३ स्लाइस कट गर्ने ।
- ४ जुलियन कट गर्ने ।
- ५ फिङ्गर कट गर्ने ।
- ६ डाइस कट गर्ने ।
- ७ बोनिङ्ग गर्ने ।

कार्य बिश्लेषण
(Task Analysis)

(कटिङ्ग गर्ने ।)

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ४ घण्टा

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) १:पिलिङ्ग गर्ने । (Vegetable peeling)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. पिलिङ्ग गर्ने सब्जि, आवश्यक औजार तथा उपकरण संकलन गर्ने ।</p> <p>४. सब्जिहरू पखाल्ने ।</p> <p>५. गहिरो भाडोमा चिसो पानी राख्ने ।</p> <p>६. सब्जी जस्तै गांजर, आलु या मुलाको बोक्रा डस्टविन वा टेवलमा पर्ने गरि तास्ने ।</p> <p>७. गांजर या मुलाको फेद र टुप्पा पट्टी काट्ने ।</p> <p>८. छिलेका सब्जीलाई चिसो पानीमा पखाल्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> सब्जी, पानी, पिलर, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, वाउल ।</p> <p><u>कार्य (Task):</u> पिलिङ्ग गर्ने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● ताछेको सब्जी सफा तथा बोक्रा निस्केको । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● विभिन्न प्रकारका सब्जी र तिनहरूको प्रयोग सम्बन्धी ज्ञान । ● पिलर चलाउने ज्ञान । ● उपयुक्त कटीङ्ग छनौट गर्ने ज्ञान । ● विभिन्न प्रकारका कटीङ्ग सम्बन्धी जानकारी । ● पिलिङ्ग गर्ने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार,उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- पिलर, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, बावल, सब्जीहरू

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- तास्दा वा काट्दा पिलर याचक्कुको हयाण्डल चिप्लो वा चिल्लो नभएको प्रयोग गरिएको ।
- धारिलो चक्कु भएको प्रयोग गरिएको ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) २:फाइन चप गर्ने । (Chopping of vegetable)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>राम्रो संग तासेको सब्जी लिने र चपिङ्ग बोर्ड माथी राख्ने ।</p> <p>सब्जीलाई पातलो एकै नाशको टुकामा काट्ने ।</p> <p>फेरी पातलो टुकालाई लामो मसिनो एकैनासको टुकामा काट्ने ।</p> <p>तीनै टुक्राहरूलाई जम्मा गरेर टुप्पो या फेदे टुक्रा आउने गरि काट्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> सब्जी जस्तै प्याज, बन्दा, गांजर, आलु, मुला आदी</p> <p><u>कार्य (Task):</u> फाइन चप गर्ने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● मसिनो एकै नासको टुक्रा हुनु पर्छ । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● चक्कुको हयाण्डल राम्रो संग समाउने ज्ञान भएको । ● स्लाइस तथा जुलियन कट्स सम्बन्धि ज्ञान भएको । ● विभिन्न प्रकारका कटीङ्ग सम्बन्धी जानकारी । ● फाइन चप गर्ने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, वौल वा ट्रे, सब्जीहरू

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- धारिलो चक्कु भएको प्रयोग गरिएको ।
- चक्कुको हयाण्डल चिप्लो वा चिल्लो नभएको प्रयोग गरिएको ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य (Task) ३: स्लाइस कट गर्ने । (Slicing of vegetable)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६. ७.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>ताछी सकेको भेजिटेवल जस्तै प्याज, मुल, गाजर काक्रा या आलु लिने ।</p> <p>ठुलो साइजको सब्जी भएमा आधा चिर्ने ।</p> <p>फेरि चिरेको साइड पट्टि तल पारि पातलो टुक्रा (स्लाइस) मा काट्ने ।</p> <p>स्लाइस पुरा राउण्ड, हाफ राउण्ड वा ट्रेङ्गल मध्ये कुनै आकारमा काट्ने ।</p> <p>आलु भए काटेपछि चिसो पानीमा राख्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> विभिन्न सब्जीहरू जस्तै आलु, काक्रा, गोलभेडा, मुला, गाजर आदी</p> <p><u>कार्य (Task):</u> स्लाइस कट गर्ने गर्ने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● पातलो एकै नाशको हुनु पर्छ । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● सब्जी पिल गर्न ज्ञान भएको हुनु पर्छ । ● चक्कु राम्रोसंग हयाण्डल गर्न जानेको हुनु पर्छ । ● स्लाइस कट गर्ने तरिका ● पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, वौल वा ट्रे, सब्जीहरू

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- चक्कु धारिलो हुनुपर्छ ।
- चक्कुको हयाण्डल चिप्लो वा चिल्लो हुनु हुदैन ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) ४: जुलियन कट गर्ने । (Julienne cut)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>बन्दा पखालेर आधा काट्ने, फेरि टुक्राउने र एक छेउबाट एकै नाशका स्लाइस हुने गरि काट्ने ।</p> <p>गाजर, मुला, आलुहरूलाई फेद या टुप्पो पटिबाट छेड्के स्लाइस गर्ने ।</p> <p>ति स्लाइसहरूलाई मिलाएर एक डिक्का बनाउने ।</p> <p>त्यसलाई एक साइडबाट मसिनो लामो टुक्राहरू हुने गरि काट्ने । आलु भए चिसो पानीमा राख्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> आला, मुला, गाजर, बन्दा</p> <p><u>कार्य (Task):</u> जुलियन कट गर्ने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । मसिनो लामा एकै नाशका टुक्राहरू हुनु पर्छ । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> सब्जी ताछ्ने ज्ञान । चक्कु राम्रोसंग हयाण्डल गर्ने ज्ञान । जुलियन कट गर्ने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, वौल वा ट्रे, सब्जीहरू

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- चक्कु धारिलो हुनुपर्छ ।
- चक्कुको हयाण्डल चिप्लो वा चिल्लो हुनु हुदैन ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ४१/२ घण्टा
सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा
व्यवहारिक : ४ घण्टा

कार्य(Task) ५: फिङ्गर कट गर्ने । (Jardinise cut)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६.	आवश्यक जानकारी लिने । चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने । गांजर, मुला वा आलुलाई ताछ्ने । बरावरी लामो हुने गरि टुक्रयाउने । २ वटा वा बढि स्लाइस निकाल्ने । स्लाइसलाई फेरि बरावरीको टुकामा लामो टुक्रा पारि फिङ्गर कट बनाउने ।	<u>दिईएको (Given):</u> सब्जीहरू आलु, मुला, गाजर <u>कार्य (Task):</u> फिङ्गर कट गर्ने । <u>मापदण्ड (Standard):</u> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● बरावरी आकारको टुकामा हुनु पर्छ । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको ।	<ul style="list-style-type: none"> ● सब्जीको बारे ज्ञान । ● चक्कु चलाउने ज्ञान भएको हुनु पर्ने । ● फिङ्गर कट गर्ने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, वौल वा ट्रे, सब्जीहरू

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- चक्कु धारिलो हुनुपर्छ ।
- चक्कुको हयाण्डल चिप्लो वा चिल्लो हुनु हुदैन ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ४ १/२ घण्टा
सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा
व्यवहारिक : ४ घण्टा

कार्य(Task) ६: डाइस कट गर्ने । (Dice Vegetable)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. छिलेको (ताछेको) सब्जी गांजर, मुला वा आलुको चारै पट्टि पातलो साइड कट गर्ने ।</p> <p>४. त्यसलाई विचमा चिर्ने वा बरावरी स्लाइस हुने गरि काट्ने ।</p> <p>५. स्लाइसलाई फेरि फिङ्गार आकारमा काट्ने ।</p> <p>६. त्यसलाई बरावरी चार पाटा परेको टुक्रामा काट्ने । यसरी अन्य गोलभेडा, प्याज तथा मासुहरू पनि काट्ने । यसमा साइडको भाग नकाट्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> सब्जीहरू जस्तै आलु, मुला, गाजर</p> <p><u>कार्य (Task):</u> डाइस कट गर्ने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● बरावरी आकारको चार पाटे टुक्रा बनाउने । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● सब्जी सम्बन्धी ज्ञान भएको । ● चक्कु चलाउने ज्ञान भएको । ● डाइस कट गर्ने तरिका । ● पूर्व सावधानी ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, वौल वा ट्रे, सब्जीहरू

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- चक्कु धारिलो हुनु पर्ने ।
- चक्कुको हयाण्डल चिप्लो वा चिल्लो नभएको हुनु पर्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ४ १/२ घण्टा
सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा
व्यवहारिक : ४ घण्टा

कार्य(Task) ७: बोनिङ गर्ने । (Boning of Meat)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>कुखुराको छाँला निकाले पछि छातीको र खुट्टाको भाग छुट्टयाउने ।</p> <p>खुट्टाको विचको हड्डी सानो चक्कुको सहायताले निकाल्ने ।</p> <p>खसीको खुट्टाहरूको विचमा रहेको हड्डी विस्तारै चिरेर निकाल्ने ।</p> <p>माछाको कत्ला फाले पछि विचको मुख्य हड्डी विचमा पारेर माथी या तलको माग छुट्टयाउने । जसलाई फिलेटिङ पनि भनिन्छ ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> कुखुरा, खसी या माछा</p> <p><u>कार्य (Task):</u> बोनिङ गर्ने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● हड्डीबाट मासु राम्ररी छुट्टिएको मासुको टुक्रा नविगारी निकालेको । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● माछा, मासुका परिकार र त्यसको प्रयोग सम्बन्धी ज्ञान भएको । ● बोनिङ र फिलेटिङ सम्बन्धी ज्ञान । ● चक्कु चलाउने ज्ञान भएको । ● बोनिङ गर्ने तरिका ● पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चक्कु, चपिङ बोर्ड, वौल वा ट्रे, माछा, मासुहरू

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- चक्कु धारिलो हुनु पर्ने ।
- चक्कुको हयाण्डल चिप्लो वा चिल्लो नभएको हुनु पर्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

मोड्युल ४: नन् अल्कोहलिक पेय पदार्थ बनाउने ।

समय : ३ घण्टा (सै) + १२ घण्टा (ब्या) = १५ घण्टा

बर्णन(Description): यस मोड्युलमा नन् अल्कोहलिक पेय पदार्थ बनाउने संग सम्बन्धित ज्ञान र सीपहरु समावेश गरिएका छन् ।

उद्देश्यहरु(Objectives) :

प्रशिक्षार्थीलाई फाष्टफुड कुकका लागी आवश्यक पर्ने नन् अल्कोहलिक पेय पदार्थ बनाउने कार्यहरु गर्न सिकाउने ।

कार्यहरु(Tasks) :

- १ कालो चिया पकाउने ।
- २ दुध चिया पकाउने ।
- ३ कालो कफि पकाउने ।
- ४ दुध कफि पकाउने ।
- ५ लस्सी बनाउने ।
- ६ सेक बनाउने ।

कार्य विश्लेषण
(Task Analysis)

(नन् अल्कोहलिक पेय पदार्थ बनाउने ।)

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : १ १/२ घण्टा
सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा
व्यवहारिक : १ घण्टा

कार्य(Task) १: कालो चिया बनाउने । (Making black tea)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६.	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सवै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. सफा पानी सफा भाडामा उमाल्ने ।</p> <p>४. आगोको आंच घटाएर आवश्यक मात्रामा चिया पति हाल्ने र एकछिन छोप्ने, छानेर दिने ।</p> <p>५. अथवा उमालेको पानीमा टी व्याग राखेर दिने ।</p> <p>६. अथवा चिया कप माथी चिया पाउडर छान्नेमा राखेर माथीबाट उम्लिएको पानी हाल्ने । चिनी आवश्यक मात्रामा हाल्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> चिया पति, सफा पानी, चिनी</p> <p><u>कार्य (Task):</u> कालो चिया बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● सफा वास्नादार चिया सफा कप वा ग्लासमा दिने । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● चियाको परिभाषा र प्रकार सम्बन्धी ज्ञान भएको । ● चुल्हो बाल्न जान्ने ज्ञान । ● अवयवहरू (Ingredients) ● बनाउने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- सस् प्यान, स्ट्रेनर, चिया, चम्चा, कप

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- चुल्हो बाल्दा सावधानी पूर्वक बाल्ने र निभाउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : २१/२ घण्टा
सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा
व्यवहारिक : २ घण्टा

कार्य(Task) २:दुध चिया बनाउने । (Making Milk tea)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६. ७. ८.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सवै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>सफा पानीमा दुध मिसाई उमाल्ने ।</p> <p>आवश्यक मात्रामा चिया पत्ति र चिनी हाल्ने ।</p> <p>एकछिन पकाउने र छान्ने अनि दिने ।</p> <p>टि व्याग भए उम्लिएको दुधमा चिनी समेत हाल्ने ।</p> <p>कपमा हाली टि व्याग हालि दिने ।</p> <p>अथवा कालो चिया बनाउने तथा चिनि र दुध छुट्टा छुट्टै दिने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> चिया पत्ति, सफा पानी, चिनी, दुध</p> <p><u>कार्य (Task):</u> दुध चिया बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● चियाको वास्ना भएको राम्रो संग चिया रंग आएको सफा कपमा सर्भ गरेको । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● चियाको परिभाषा र प्रकार सम्बन्धी ज्ञान भएको । ● चुल्हो बाल्न जान्ने ज्ञान । ● अवयवहरू (Ingredients) ● बनाउने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार,उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- सस् प्यान, स्ट्रेनर (चिया छान्ने), चिया, चम्चा, कप, डादु, चुल्हो

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- चिया पकाउदा सावधानी पूर्वक चुल्हो बाल्ने र निभाउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : १ १/२ घण्टा
सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा
व्यवहारिक : १ घण्टा

कार्य(Task): कालो कफि बनाउने । (Making Black Coffee)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. सफा पानी उमाल्ने ।</p> <p>४. थोरै पानीमा आवश्यक मात्रामा कफि र चिनी फिट्ने ।</p> <p>५. उम्लिएको पानी हाल्ने, चलाउने र समगर्ने ।</p> <p>६. अथवा उमालेको पानीमा कफि र चिनी फिट्ने दिने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> कफि, सफा पानी, चिनी</p> <p><u>कार्य (Task):</u> कालो कफि बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । वास्तुदाता ठिक चिनी भएको कफि सफा कपमा । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> कफिको परिभाषा, उत्पत्ति र प्रकार एवं गुणस्तर सम्बन्धी ज्ञान भएको । चुल्हो बाल्न जान्ने । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरिका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- सस् प्यान, कफी, चम्चा, कप, चुल्हो

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- चुल्हो बाल्दा, निभाउदा होस पुर्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : २१/२ घण्टा
सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा
व्यवहारिक : २ घण्टा

कार्य(Task) ४: दुध कफि बनाउने । (Making Milk Coffee)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सवै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>सफा पानीमा दुध र चिनी मिसाई उमाल्ने ।</p> <p>त्यसमा आवश्यक मात्रामा कफि मिसाई फिट्ने र सफा कपमा हाली दिने ।</p> <p>अथवा कालो कफि बनाउने तथा चिनि र दुध छुट्टा छुट्टै दिने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> कफि, दुध, सफा पानी, चिनी</p> <p><u>कार्य (Task):</u> दुध कफि बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । सफा, वास्नादार कफि सफा कपमा । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> कफिको परिभाषा, उत्पत्ति र प्रकार एवं गुणस्तर सम्बन्धी ज्ञान भएको । चुल्हो बाल्न जान्ने । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- सस् प्यान, कफी, चम्चा, कप, चुल्हो

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- चुल्हो बाल्दा, निभाउदा होस पुर्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) ५: लस्सी बनाउने । (Making Lassi)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६. ७.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>मिक्चरमा दहि, थोरै क्रिम चिनी र पानी हाल्ने ।</p> <p>पछि चलाउने वा ब्लेण्डर वा मिक्चरमा फिट्ने ।</p> <p>ग्लासमा खन्याउने ।</p> <p>चेरीको टुक्रा वा नरिवल पाउडर माथीबाट छर्किएर दिने ।</p> <p>मिक्चर मेशिन नभए जगमा पनि घोल्न सकिन्छ । घोल्दा केहि आइस क्यूब हाल्दा राम्रो ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> दहि, क्रिम, चिनी, पानी</p> <p><u>कार्य (Task):</u> लस्सी बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● चिसो, ट्टिक गुलियो सफा ग्लासमा । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● लस्सीको परिभाषा र प्रकार सम्बन्धी ज्ञान भएको । ● अवयवहरू (Ingredients) ● बनाउने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार,उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- मिक्चर, जग, चम्चा, ग्लास

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- मिक्चर चलाउँदा राम्रो संग विको बन्द गर्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा
सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा
व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) ३: सेक बनाउने । (Making Shake)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सवै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>दुध उमालेर चिसो पारी राख्ने ।</p> <p>केरा, मेवा, स्ट्रवेरी, भेनिला, फाइनापल कुनै फलफुल या त्यसको एसेन्स दुधमा मिसाउने ।</p> <p>त्यसमा आवश्यकता अनुसार चिनी पानी हाल्ने ।</p> <p>मिक्चरमा हालेर फिट्ने र सफा ग्लासमा सर्भ गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> दुध, फलफुल एसेन्स, चिनी</p> <p><u>कार्य (Task):</u> सेक बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ट्रिक गुलियो सफा ग्लासमा सर्भ गर्ने । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> सेक र यसका प्रकार सम्बन्धी ज्ञान भएको । मिक्चर चलाउन जान्ने । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- मिक्चर, चम्चा, ग्लास, दुध, चिनी, एसेन्स तथा फलफुलहरू

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- मिक्चर चलाउँदा राम्रो संग विको बन्द गर्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

मोड्युल ५: अण्डाका परिकार बनाउने ।

समय : ३ घण्टा (सै) + १५ घण्टा (ब्या) = १८ घण्टा

वर्णन(Description): यस मोड्युलमा अण्डाका परिकार बनाउने संग सम्बन्धित ज्ञान र सीपहरु समावेश गरिएका छन् ।

उद्देश्यहरु(Objectives) :

प्रशिक्षार्थीलाई फास्टफुड कुकका लागी आवश्यक पर्ने नन अण्डाका परिकार बनाउने कार्यहरु गर्न सिकाउने ।

कार्यहरु (Tasks) :

- १ अण्डा ब्वाइल गर्ने ।
- २ अम्लेट पकाउने ।
- ३ अण्डा फ्राइ गर्ने ।
- ४ पोच एग पकाउने ।
- ५ अण्डा पकौडा पकाउने ।
- ६ एग रोल बनाउने ।

कार्य बिश्लेषण
(Task Analysis)

(अण्डाका परिकार बनाउने ।)

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : २ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : २ घण्टा

कार्य(Task)१: अण्डा ब्वाइल गर्ने । (Boiled Egg)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>पानी उमाल्ने ।</p> <p>तापक्रम कम गर्ने ।</p> <p>डाडुको सहयाताले अण्डा १/१ गरेर पानीमा राख्ने । थोरै नुन हाल्ने ।</p> <p>करिब ८ देखी १० मिनेट जति उसिन्ने ।</p> <p>पानीबाट अण्डा निकाल्ने ।</p> <p>प्लेटमा राखेर थोरै नुन संग दिने ।</p> <p>हाप ब्वाइल भएमा करिब ४देखी ५ मिनेट मात्र उसिन्ने । चिसै पानीमा पनि उसिन्न शुरु गर्न सकिन्छ । भेनेगर राखेमा छोडाउन सजिलो हुन्छ ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> अण्डा, पानी, नुन</p> <p><u>कार्य (Task):</u> अण्डा ब्वाइल गर्ने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ट्रिक पाकेको, बोक्रा छोडाउन सजिलो, तातो हुनुपर्ने । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> अण्डाका प्रकार र प्रयोग सम्बन्धी ज्ञान भएको । कुकिङ्गको परिभाषा ब्वाइलिङ्ग विधि सम्बन्धी ज्ञान । हार्ड, मेडियम र सफ्ट ब्वाइल सम्बन्धी ज्ञान । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- सस् प्यान, डाडु, चुल्हो ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- चुल्हो बाल्दा, निभाउदा होसियार हुनु ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : २ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : २घण्टा

कार्य(Task): अम्लेट बनाउने । (Make Omelet)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>एउटा सफा बौल र कचौरामा २ वटा अण्डा फिट्ने ।</p> <p>थोरै नुन र मरिचको धुलो हाल्ने ।</p> <p>प्याज, गोलभेडा, चिज, मसरुम, खुर्सानी या अन्य संग बनाउने भए पहिले धोएर काटी राख्ने र अण्डामा मिसाउने ।</p> <p>अम्लेट प्यान (फ्राइङ्ग प्यान) सानो आगोको आंचमा तताउने ।</p> <p>थोरै तेल हाल्ने ।</p> <p>अण्डाको मिक्सचरलाई फ्राइङ्ग प्यानमा हाल्ने । एक छिन चलाउने ।</p> <p>आधा पल्टाउने र चन्द्राकार बनाउने त्यस पछि सभर्भ गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> अण्डा, नुन, मरिच तथा अन्य सामग्रीहरू</p> <p><u>कार्य (Task):</u> अम्लेट बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● टिक ब्राउन कलर भएको, अर्ध चन्द्राकारको धेरै चिल्लो नभएको राम्रो संग फुलेको । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● अण्डा विग्रेको या नविग्रेको चिन्ने ज्ञान भएको । ● कुकिङ्ग मेथड सम्बन्धी ज्ञान भएको । ● फ्राइङ्ग विधि सम्बन्धी ज्ञान । ● अवयवहरू (Ingredients) ● बनाउने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- फ्राइङ्ग प्यान, फोर्क (काटा), पल्टा, कचौरा, चुल्हो, चपिङ्ग बोर्ड, चक्कु ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- अण्डाको मिक्सचर फ्राइङ्ग प्यानमा हाल्दा नजिकैबाट विस्तारै हाल्ने ।
- चुल्हो बाल्दा, निभाउदा होस गर्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : २ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : २ घण्टा

कार्य(Task) ३: अण्डा फ्राई गर्ने । (Fried Egg)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६. ७. ८.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सवै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>अण्डा चुल्होको छेउमा राख्ने ।</p> <p>नुन, मरिचको धुलो छेउमै राख्ने ।</p> <p>फ्राइङ्ग प्यान सानो तापक्रममा तताउने र थोरै तेल हाल्ने ।</p> <p>तेल तताएपछि अण्डा १/१ गरि फुटाउदै प्लेट मार्फत फ्राइङ्ग प्यानमा हाल्ने । थोरै नुन र मरिच हाल्ने ।</p> <p>सेतो भाग पुरा जम्ने गरि पकाउने, विस्तारै प्लेटमा निकालेर सर्भ गर्ने ।</p> <p>एक साइड तर्फ मात्र फ्राई गर्दा त्यसलाई सन्ती साइड अप र दुवै तर्फ फ्राई गर्दा टर्न ओभर भनिन्छ ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> अण्डा, नुन, मरिचको धुलो, तेल</p> <p><u>कार्य (Task):</u> अण्डा फ्राई गर्ने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रुपमा सम्पादन भएका । पहेलो भाग नफुटेको सेतो भग टिक जमेको हुनु पर्ने । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> अण्डा सम्बन्धी ज्ञान भएको । फ्राइङ्ग प्यान राम्रो संग चलाउने सक्ने । कुकिङ्ग मेथड सम्बन्धी ज्ञान भएको । फ्राइङ्ग विधि सम्बन्धी ज्ञान । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- फ्राइङ्ग प्यान, पल्टा, चुल्हो, प्लेट ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- अण्डाको फ्राइङ्ग प्यानमा हाल्दा नजिकैबाट विस्तारै हाल्ने ।
- चुल्हो बाल्दा, निभाउदा होस गर्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : २ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२घण्टा

व्यवहारिक : २ घण्टा

कार्य(Task) ४: पोच एग बनाउने । (Poached Egg)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६. ७. ८.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सवै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>सफा फ्राइङ्ग प्यानमा थोरै पानी उमाल्ने ।</p> <p>थोरै भिनिगर हाल्ने ।</p> <p>आगोको आंच घटाउने ।</p> <p>अण्डा फुटाएर फ्राईड एग जस्तै गरेर एक एक गरि मन्द गतिमा उम्लिएको पानीमा हाल्ने ।</p> <p>विस्तारै पाकन दिने ।</p> <p>पानी तर्काएर प्लेटमा निकाल्ने, थोरै नुन छर्कने, सर्भ गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> अण्डा, मिनिगर, नुन, पानी</p> <p><u>कार्य (Task):</u> पोच एग बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । पहेलो भाग नटुक्रिएको टुक्र पाकेको । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> अण्डा सम्बन्धी ज्ञान भएको । मेथड अफ कुकिङ्ग सम्बन्धि ज्ञान भएको । पोचिङ्ग विधि सम्बन्धि ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार,उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- फ्राइङ्ग प्यान, पल्टा (टर्नर), चुल्हो, प्लेट ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- अण्डा पानीबाट निकाल्दा होसियार हुने ।
- चुल्हो बाल्दा, निभाउदा होस गर्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ४ १/२घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ४ घण्टा

कार्य(Task) ५: अण्डा पकौडा बनाउने । (Egg Pokoda)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>अण्डालाई उसिनेर चिसो पानीमा हाल्ने ।</p> <p>बोक्रा छुटाउने र ८ वटा टुकामा काट्ने ।</p> <p>मैदा, नुन, बेकिङ पाउडर, अण्डा, पानी, थोरै खुर्सानीको धुलो हालेर वाक्लो घोल बनाउने । त्यसलाई ब्याटर भनिन्छ ।</p> <p>फ्राइङ प्यानमा तेल तताउने ।</p> <p>अण्डाका टुक्राहरूलाई घोलमा डुबाउँदै फ्राई गर्ने ।</p> <p>प्लेटमा निकाल्ने, सर्भ गर्ने ।</p> <p>यस लाई चटनि वा टोमाटो केचप, चिल्ली सस् संग सर्भ गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> अण्डा, मैदा, नुन, तेल, बेकिङ पाउडर, पानी</p> <p><u>कार्य (Task):</u> अण्डा पकौडा बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● एउटै अण्डाको २ वटा अण्डाको ८ वटा टुक्रा सर्भ गर्ने । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● अण्डा सम्बन्धी ज्ञान भएको । ● मेथड अफ कुकिङ सम्बन्धि ज्ञान भएको । ● डिप फ्राइङ विधि सम्बन्धी ज्ञान भएको । ● अवयवहरू (Ingredients) ● बनाउने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- फ्राइङ प्यान, पल्टा (टर्नर), चुल्हो, प्लेट, कचौरा, चम्चा, चक्कु, चपिङ बोर्ड, अण्डा

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- फ्राइङ गर्दा अण्डा पड्कन सक्छ होस पुर्याउने ।
- अण्डा तातो तेलमा राख्दा विस्तारै राख्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३घण्टा

कार्य(Task) ६: एग रोल बनाउने । (Egg Roll)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरु (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सवै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरु संकलन गर्ने ।</p> <p>एउटा भांडामा आटा पानी मिसाई डल्लो बनाउने, वेल्ने र सुख्खा रोटी बनाउने, तावामा पकाउने ।</p> <p>एउटा कचौरामा अण्डा, नुन र थोरै खुर्सानी हाली फिट्ने ।</p> <p>फ्राईङ्ग प्यानमा तेल तताई पातलो अम्लेट बनाउने ।</p> <p>रोटी माथी अम्लेट राखेर रोल गर्ने ।</p> <p>प्लेटमा राखेर सर्भ गर्ने । यस्तो रोल प्यानकेक संग पनि बनाउन सकिन्छ । प्यान केकको लागि मैदा, अण्डा, पानी र थोरै बेकिङ्ग पाउडर चहिन्छ । यसको घोल बनाएर फ्राईङ्ग प्यानमा पकाउने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> अण्डा, मैदा या आटा, नुन, पानी</p> <p><u>कार्य (Task):</u> एग रोल बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन भएका । ● राम्रो संग रोल भएको तातो सर्भ गर्ने । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरु अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● अण्डा र रोटी सम्बन्धी ज्ञान भएको हुनु पर्ने । ● अवयवहरु (Ingredients) ● बनाउने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार,उपकरण र सामग्रीहरु (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, चक्ला, वेल्ना, फ्राईङ्ग प्यान, पल्टा, कचौरा, चम्चा

सुरक्षा/सावधानीहरु (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- खानेकुराको सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

मोड्युल ६: रोटीका परिकार पकाउने ।

समय : ४ घण्टा (सै) + २४ घण्टा (ब्या) = २८ घण्टा

वर्णन(Description): यस मोड्युलमा रोटीका परिकार पकाउने संग सम्बन्धित ज्ञान र सीपहरु समावेश गरिएका छन् ।

उद्देश्यहरु(Objectives) :

प्रशिक्षार्थीलाई फास्टफुड कुकका लागि आवश्यक पर्ने रोटीका परिकार पकाउने कार्यहरु गर्न सिकाउने ।

कार्यहरु(Tasks) :

1. तावा रोटी पकाउने ।
2. पुरी पकाउने ।
3. प्लेन पराठा पकाउने ।
4. स्टफ (आलु/पनिर/गोबी)पराठा पकाउने ।
5. डोनट पकाउने ।
6. भटुरा पकाउने ।

कार्य बिश्लेषण
(Task Analysis)

(रोटिका परिकार पकाउने ।)

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ४ घण्टा

सैद्धान्तिक : १घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) १: तावा रोटी बनाउने । (Making Tawa Roti)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १० ११	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सवै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>आंटा छान्ने ।</p> <p>थोरै नुन र आवश्यक मात्रामा पानी हाली डल्लो बनाउने ।</p> <p>करिब १५ देखी २० मिनेट चिसो ठांडमा पिठोको डल्लोलाई सफा पातलो कपडाले छोप्ने ।</p> <p>एकै नासका साना डल्लाहरू बनाउने ।</p> <p>थोरै मैदा वा आंटा राखि बेल्ने सतहलाई खस्रो बनाउने ।</p> <p>खस्रो सतह माथी रोटी पातलो हुने गरि बेल्ने ।</p> <p>तावा तताउने ।</p> <p>बेलिएको राटी तावामा सेकाउने ।</p> <p>दुवै पटि सेकेपछि, आगोको आंचमा फेरि सेकि फुलाउनुहोस् ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> आटा, मैदा, नुन, पानी</p> <p><u>कार्य (Task):</u> तावा रोटी बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● एकै अकारको राम्रो संग फुलेको रोटी तातो हुनु पर्ने । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● रोटी सम्बन्धी ज्ञान भएको हुनु पर्ने । ● रोटी बेल्ने ज्ञान भएको हुनु पर्ने । ● अवयवहरू (Ingredients) ● बनाउने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार,उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, चक्ला, बेल्ना, तावा, चिम्टा, बौल

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- रोटी सेक्दा हात पोल्ने भएकोले होसियार पूर्वक गर्ने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : २१/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : २ घण्टा

कार्य(Task) २: पुरी बनाउने । (Making Puri)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सवै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. आँटा छान्ने ।</p> <p>४. तावा रोटीलाई जस्तै गरि आँटा मुछेर डल्लो बनाउने ।</p> <p>५. पुरी भुरुम भुरुम बनाउनका लागि आटाको डल्लोमा थोरै घ्यु मिसाउने ।</p> <p>६. बराबरी अकारमा साना डल्ला बनाउने ।</p> <p>७. कराईमा तेल तताउने ।</p> <p>८. रोटी वेलेर तातो तातो तेलमा फ्राई गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> आटा, पानी, घ्यु, नुन</p> <p><u>कार्य (Task):</u> पुरी बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । एउटै अकारको राम्रो संग फुलेको, भुरुम भुरुम हुनु पर्दछ । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> आँटा मुछ्ने ज्ञान भएको हुनु पर्ने । फ्राई गर्न जान्ने ज्ञान भएको हुनु पर्ने । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, कराई, पल्टा, वेल्ना, चक्ला, वौल

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- पुरी फ्राई गर्दा तातो तेलबाट होसियार हुनु होस् ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) ३: प्लेन पराठा बनाउने । (Making Plain Paratha)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६. ७. ८. ९. १० ११	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>आँटा छान्ने ।</p> <p>तावा रोटीलाई जस्तै गरि आँटा मुछेर डल्लो बनाउने ।</p> <p>रोटी र पुरीको भन्दा दोवर आकारमा साना डल्ला बनाउने ।</p> <p>बेलेर केहि पातलो बनाउने ।</p> <p>तेल वा घ्यू दल्ने ।</p> <p>थोरै नून छर्कने ।</p> <p>थोरै मैदा छर्कने ।</p> <p>बेरे र रोल बनाउने, फेरी डल्लो बनाउने, फेरी बेल्ले र रोटीको आकार दिने ।</p> <p>पहिले तावामा सिकाउने, त्यस पछि थोरै घ्यू दल्दै पकाउने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> आटा, पानी, घ्यू, नून, तेल</p> <p><u>कार्य (Task):</u> प्लेन पराठा बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । भुभ्रम्म परेको, लच्छा आउने राम्रो संग पाकेको । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> आँटा मुछ्ने ज्ञान भएको हुनु पर्ने । पराठा रोल गरेर बेल्ले जान्ने । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरिका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, तावा, बेल्ला, चक्ला, बौल, पल्टा

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- पराठा पकाउदा हात पोल्न सक्छ, होसियार रहने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३घण्टा

कार्य(Task) ४: आलु, गोवी, पनीर पराठा बनाउने । (Making Aloo Paratha)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१	आवश्यक जानकारी लिने ।	<p><u>दिईएको (Given):</u> आटा, नुन, गावी, पनीर, आलु, पानी</p> <p><u>कार्य (Task):</u> आलु, गोवी, पनीर पराठा बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । पराठामा परेको गोवी, आलु, पनीर बाहिर ननिस्किएको राम्रो संग पाकेको । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> पराठा बनाउन जान्ने । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरिका पूर्व सावधानी
२	चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।		
३.	आलु उसिनेर, मुछ्ने, हरियो धनियां, खुर्सानी र प्याज मसिनो काटेर नुन हाल्ने ।		
४.	गोवी हल्का उसिनेर आलुलाई जस्तै मसला हाली मोल्ने ।		
५.	पनीरलाई कोरेसाले घोटेर माथी जस्तै मसला मिलाउने ।		
६.	प्लेन पराठा जस्तै आंटा मुछ्ने ।		
७.	साना डल्लालाई थोरै चेटो बनाई माथीको कुनै एक मिक्चर हाली पोको पारेर डल्लो बनाउने, बेल्ले र प्लेन पराठालाई जस्तै पकाउने ।		
८.	थोरै मैदा छर्कने ।		
९.	बेरे र रोल बनाउने, फेरी डल्लो बनाउने, फेरी बेल्ले र रोटीको आकार दिने ।		
१०.	पहिले तावामा सेकाउने, त्यस पछि थोरै घ्यू दल्दै पकाउने ।		

औजार,उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, तावा, बेल्ला, चक्ला, बौल, पल्टा

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- पराठा पकाउदा हात पोल्न सक्छ, होसियार रहने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ४ १/२घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२घण्टा

व्यवहारिक : ४घण्टा

कार्य(Task) ५: दोनट बनाउने । (Make Doughut)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सवै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. मैदा, अण्डा, चिनी, दुध, बटर र थोरै नुन मिसाउने ।</p> <p>४. एउटा बौलमा ईष्ट, मन तातो पानी, घोलेर एकछिन छोपेर राख्ने । राम्रो संग फुलेर आए पछि मैदाको मिक्चरमा मिसाउने र नरम खालको डल्लो बनाउने ।</p> <p>५. एक घण्टा छोपेर राख्ने ।</p> <p>६. हल्का बेलेर दोनटको आकारमा काट्ने, फेरी प्लाष्टिकले छोपेर राख्ने । तेल तताउने ।</p> <p>७. राम्रो संग फुले पछि फ्राई गर्ने ।</p> <p>८. पाउडर सुगर वा नरिवल पाउडर छर्किएर सर्भ गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> मैदा, ईष्ट, चिनी, नुन, पनी, दुध, बटर, तेल</p> <p><u>कार्य (Task):</u> दोनट बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । राम्रोसंग फुलेको चाउरी नपरेको एउटै आकारको हुनु पर्ने । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ईष्टको काम, मिसाउने अनुसातको बारेमा ज्ञान । ईष्ट डो बनाउन जान्ने । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार,उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- कराई, बौल, भांजर, दोनट कटर, चुल्हो ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- फ्राई गर्दा तातो तेलबाट होसियार रहने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ४ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ४ घण्टा

कार्य(Task) ६: भतुरा बनाउने । (Making Bhatura)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सवै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. मैदा, वेकिङ्ग पाउडर, दहि वा दुध, तेल, अण्डा, पानि, चिनी र नुन हाली राम्रो संग मुछ्ने र कपडाले छोपेर करिब आधा घण्टा राख्ने ।</p> <p>४. साना साना डल्ला बनाएर, तेल दलेर, प्लाष्टिकले छोपेर फेरी आधा घण्टा राख्ने ।</p> <p>५. हातमा तेल लगाएर हातैले चेप्टो पादै, हातैले पिट्टदै पातलो बनाउने ।</p> <p>६. तेल तताई फ्राई गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> मैदा, अण्डा, दहि वा दुध, तेल, चिनी, पानी, वेकिङ्ग पाउडर</p> <p><u>कार्य (Task):</u> भतुरा बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । राम्रोसंग फुलेको, भुरुम्म परेको, बराबरी आकारको । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> दो बनाउन जान्ने । हातले पिटेर चेप्टो बनाउन जान्ने । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- कराई, बौल, भांजर, चुल्हो ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- फ्राई गर्दा तातो तेलबाट होसियार रहने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ५१/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ५ घण्टा

कार्य(Task) ७: सेल रोटी बनाउने । (Making Sel)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>चामल भिजाउने (ताइचिन चामल भएमा राम्रो)</p> <p>चामलको पानी तर्काई चिनी मिलाई ग्राइण्डरमा पिस्ने ।</p> <p>घ्यू संग मोलर घाममा केहि समय सुकाउने वा १ दिन राख्ने ।</p> <p>राम्रो संग माड्ने ।</p> <p>ठिक्क पानी मिसाई गिलो बनाउने ।</p> <p>तेल वा घ्यु तताउने ।</p> <p>गोलो आकार हुने गरि सेल हाल्ने ।</p> <p>फ्राई गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> चामल, चिनी, पानी, घ्यू</p> <p><u>कार्य (Task):</u> सेलरोटी बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रुपमा सम्पादन भएका । कांडा निस्किएको गोलो, भुरुम्म परेको । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> दाउन राख्न जान्ने । सेल रोटी हाल्न जान्ने । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- ताइचिन चामल, चुल्हो, सिन्कार, फोको बौल

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- तातो तेलबाट होसियार रहने ।

मोड्युल ७: चाउमिनका परिकार पकाउने ।

समय : ३ घण्टा (सै) + १८ घण्टा (ब्या) = २१ घण्टा

बर्णन(Description): यस मोड्युलमा चाउमिनका परिकार पकाउने संग सम्बन्धित ज्ञान र सीपहरु समावेश गरिएका छन् ।

उद्देश्यहरु(Objectives) :

प्रशिक्षार्थीलाई फाष्टफुड कुकका लागी आवश्यक पर्ने चाउमिनका परिकार पकाउने कार्यहरु गर्न सिकाउने ।

कार्यहरु (Tasks) :

1. तयारी चाउचाउ पकाउने ।
2. भेज चाउमिन पकाउने ।
3. एग चाउमिन पकाउने ।
4. चिकेन/मटन/ बफ चाउमिन पकाउने ।
5. मिक्स चाउमिन पकाउने ।
6. थुप्पा पकाउने ।

कार्य बिश्लेषण
(Task Analysis)

(चाउमिनका परिकार पकाउने ।)

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

कुल समय : २ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२घण्टा

व्यवहारिक : २ घण्टा

कार्य (Task) १: तयारी चाउचाउ पकाउने । (Instant Noodle making)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६. ७.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>सफा सस्पेनमा सफा पानी उमाल्ने ।</p> <p>चाउचाउ पाकेट खोलेर हाल्ने ।</p> <p>तेल, मसला पनि हाल्ने ।</p> <p>मसिनो काटेको प्याज, धनिया, गोलभेडा र खुर्सानी राख्ने ।</p> <p>वौलमा खन्याउने, सर्भ गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> चाउचाउ, पानी, धनिया, खुर्सानी, प्याज र गोभेडा ।</p> <p><u>कार्य (Task):</u> तयारी चाउचाउ पकाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । सफा वौलमा ठिक्क रस भएको चाउचाउ । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> कुकिङ्ग मेथडस् सम्बन्धी ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरिका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, सस्प्यान, डाडु, वौल, चम्चा

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- चाउचाउ उसिन्दा, खन्याउदा होसियारी साथ गर्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य (Task) २: भेजिटेवल चाउमिन बनाउने । (Making Vegetable Chowmein)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१	आवश्यक जानकारी लिने ।	<p>दिईएको (Given): नुडल्स, गांजर, वन्दा, प्याज, लसुन, नुन मरिचको धुलो, सोयासस, अजिनोमोटो ।</p> <p>कार्य (Task): भेजिटेवल चाउमिन बनाउने ।</p> <p>मापदण्ड (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । धेरै चिल्लो सस नभएको, सफा प्लेटमा सर्भ गर्ने । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> कुकिङ्ग मेथडस् जस्तै ब्लान्चीङ्ग, ब्वाइलिङ्ग, फ्राइङ्ग सम्बन्धी ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी
२	चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।		
३.	पानी उमाल्ने, थोरै तेल हाल्ने, नुडल्स उसिन्ने ।		
४.	पानी फाल्ने र चिसो पानीले धुने, थोरै तेल दलेर फ्रिजमा राख्ने ।		
५.	गांजर, वन्दा, सिमी, काउली जुलियन आकारमा काट्ने ।		
६.	पानी उमाल्ने र भेजिटेवललाई १ मिनेट पकाउने ।		
७.	पानी फाल्ने, चिसो पानीले धुने ।		
८.	फ्राइङ्ग प्यान तताउने, थोरै लसुन, प्याज भुट्ने, भेजिटेवल भुट्ने ।		
९.	नुडल्स हाल्ने, नुन, मरिच, सोयासस र थोरै अजिनोमोटो हाल्ने ।		

औजार,उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, डेक्की, किचेन फोर्क, स्ट्रेनर, फ्राइङ्ग प्यान

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- नुडल्स, भेजिटेवल उसिन्दा, फ्राई गर्दा होसियार पूर्वक गर्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य (Task) ३: एग चाउमिन बनाउने । (Egg Chowmein)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६. ७.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>भेजिटेवल चाउमिनलाई जस्तै नुडल्स उसिन्ने, भेजिटेवल उसिन्ने ।</p> <p>अण्डा फिटेर पातलो पानकेक (रोटी जस्तो) बनाउने ।</p> <p>मसिनो लामो काट्ने ।</p> <p>भेजिटेवल चाउमिनको माथी अण्डा मिसाएर दिने ।</p> <p>मसलाको लागी नुन, मरिचको धुलो सोया सस् र थोरै अजिनो मोटोप्रयोग गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> नुडल्स, भेजिटेवल, मसला, अण्डा</p> <p><u>कार्य (Task):</u> एग चाउमिन बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रुपमा सम्पादन भएका । सफा, धेरै चिल्लो, सस् नभएको । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> कुकिङ्ग मेथडस् सम्बन्धी ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, डेक्की, किचेन फोर्क, स्ट्रेनर, फ्राइङ्ग प्यान

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- नुडल्स, भेजिटेवल उसिन्दा, फ्राई गर्दा होसियार पूर्वक गर्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

कुल समय : ४ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ४ घण्टा

कार्य (Task) ४: चिकेन, मटन, बफ चाउमिन बनाउने ।

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६. ७.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>भेजिटेवल चाउमिन बनाउने ।</p> <p>चिकेन, मटन वा बफ उसिनेर मसिनो (जुलियन) टुकामा काट्ने ।</p> <p>मासुलाई पनि चाउमिन संगै पकाउने ।</p> <p>मसलाको रूपमा आवयकता अनुसार नुन मरिचको धुलो, अजिनो मोटो र सोया सस् प्रयोग गर्ने ।</p> <p>गार्निसको रूपमा हरियो प्याज काटी चाउमिन माथी राखी सर्भ गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> मासुहरू, भेजिटेवल, मसाला ।</p> <p><u>कार्य (Task):</u> चिकेन, मटन, बफ चाउमिन बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● चिल्लो नभएको सफा प्लेटमा दिने । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● भेजिटेवल कटिङ्ग, कुकिङ्ग मेथड सम्बन्धी ज्ञान भएको । ● अवयवहरू (Ingredients) ● बनाउने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, डेक्की, किचेन फोर्क, स्ट्रेनर, फ्राइङ्ग प्यान

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ४ १/२घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२घण्टा

व्यवहारिक : ४ घण्टा

कार्य(Task) ५: मिक्स चाउमिन बनाउने ।

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>भेजिटेवल चाउमिन जस्तै गरि सबै सामान तयार गर्ने ।</p> <p>पहिलो नुडल्स उसिन्ने, सब्जीहरू काट्ने र हल्का उसिन्ने ।</p> <p>नुडल्स र सब्जीलाई चिसो पानिमा पखाल्ने ।</p> <p>मासुहरू जस्तै बफ, चिकेन, मटनलाई उसिन्ने र मसिनो टुक्रामा काट्ने ।</p> <p>अण्डाको पातलो अम्लेटलाई मसिनो लाम्चो टुक्रामा काट्ने ।</p> <p>नुडल्स, भेजिटेवल र मासु मिसाएर पकाउने र अन्तिममा अण्डा माथीबाट राखेर दिने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> नुडल्स, भेजिटेवल, मासुहरू, अण्डा, मसाला, तेल ।</p> <p><u>कार्य (Task):</u> मिक्स चाउमिन बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । चिल्लो नभएको सफा प्लेटमा आर्कषक सजावटका साथ दिने । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> कटिङ्ग, कुकिङ्ग सम्बन्धी ज्ञान भएको । चाउमिनका प्रकार र प्रयोग सम्बन्धी ज्ञान । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, डेक्की, किचेन फोर्क, स्ट्रेनर, फ्राइङ्ग प्यान

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- तातो तेलबाट होसियार रहने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

कुल समय : ३१/२घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य (Task) ६: थुम्पा बनाउने ।

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सवै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>नुडल्स उसिन्ने ।</p> <p>उसिनेको मासु वा तरकारीहरूमसिनो टुकामा (जुलियन) काट्ने ।</p> <p>थोरै लसुन र प्याज काट्ने ।</p> <p>भाँडोमा तेल तताउने, लसुन, प्याज भुट्ने र आवश्यक मात्रामा पानी हालेर उमाल्ने ।</p> <p>नुन, मरिच, सोयासस तथा थोरै अजिनोमोटो हाली एक छिन उमाल्ने ।</p> <p>नुडल्स हाल्ने र बोलमा राखी माथीबाट हरियो धनियाले गर्निस गरी सर्भ गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> नुडल्स, भेजिटेबल, मासुहरू, अण्डा, मसाला, तेल ।</p> <p><u>कार्य (Task):</u> मिक्स चाउमिन बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । चिल्लो नभएको सफा प्लेटमा आर्कषक सजावटका साथ दिने । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> चाउमिनका प्रकार र प्रयोग सम्बन्धी ज्ञान । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, डेक्की, किचेन फोर्क, स्ट्रेनर, फ्राइङ्ग प्यान, बोल

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- नुडल्स, भेजिटेबल उसिन्दा तथा फ्राई गर्दा होसियार रहने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

मोड्युल ८: चाट र पकौडाका परिकार बनाउने ।

समय : ४ घण्टा (सै) + २० घण्टा (ब्या) = २४ घण्टा

बर्णन(Description): यस मोड्युलमा चाट र पकौडाका परिकार बनाउने संग सम्बन्धित ज्ञान र सीपहरु समावेश गरिएका छन् ।

उद्देश्यहरु(Objectives) :

प्रशिक्षार्थीलाई फाष्टफुड कुकका लागि आवश्यक पर्ने चाट र पकौडाका परिकार बनाउने कार्यहरु गर्न सिकाउने ।

कार्यहरु(Tasks) :

- १ पकौडा पकाउने ।
- २ बेसनको भुजिया पकाउने ।
- ३ सेमी नमकिन (निम्की) पकाउने ।
- ४ चाट बनाउने ।
- ५ समोसा पकाउने ।
- ६ आलु टिक्की पकाउने ।
- ७ चप पकाउने ।

कार्य बिश्लेषण (Task Analysis)

(चाट र पकौडाका परिकार बनाउने ।)

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ४घण्टा

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) १: पकौडा बनाउने । (Pakoda making)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>भेजिटेवल जस्तै गांजर, आलु, सिमी, बन्दा, उसिन्ने, मसिनो काट्ने ।</p> <p>खुर्सानी, धनिंया, प्याज, अदुवा, लसुन मसिनो गरि काट्ने ।</p> <p>माथी उल्लेखित सबै सामग्री मिसाउने ।</p> <p>नुन, वेसार धनिंयाको गेडा, वेसन मिसाउने र मोल्ने ।</p> <p>एकै नासको डल्लो पारी तातो तेलमा फाई गर्ने ।</p> <p>अचार वा टोमाटो केचपसंग दिने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> भेजिटेवल, मसाला, तेल</p> <p><u>कार्य (Task):</u> पकौडा बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । एकै नासका राम्रो पाकेको कडा खालको हुनु पर्ने । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> कटिङ्ग र कुकिङ्ग सम्बन्धि ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, कराई, भाजर, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, वौल

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- पकौडा हाल्दा र भिक्दा होसियारी हुने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : २ १/२ घण्टा

कार्य(Task) २: वेसनको भुजिया बनाउने । (Besan Bhujirra making)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सवै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. वेसनमा नुन, खुर्सानी, मरिचको धुलो हालेर वाक्लो लेदो बनाउने ।</p> <p>४. मसिनो प्वाल भएको चालनीमा हाल्ने ।</p> <p>५. तेल तताउने ।</p> <p>६. चालनी तेल माथी राखेर हातले ठोक्ने ।</p> <p>७. एकै नासमा टुक्राहरू तेलमा ड्रप गराउने ।</p> <p>८. फ्राई गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> वेसन, नुन, खुर्सानी धुलो, मरिचको धुलो ।</p> <p><u>कार्य (Task):</u> वेसनको भुजिया बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● एउटै नासमा टुक्रा, नुनिलो तथा पिरो हुनु पर्ने । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● भुजिया सम्बन्धि ज्ञान भएको । ● अवयवहरू (Ingredients) ● बनाउने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, बौल, चालनी, कराई, भांजर

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- फ्राई गर्दा ध्यान पुऱ्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : २ १/२ घण्टा

कार्य(Task) ३: निम्की बनाउने । (Making Nimki)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६. ७. ८. ९.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सवै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>समोसाको जस्तै दो बनाउने ।</p> <p>वाक्लो वेल्ने ।</p> <p>निम्कि कट्ट गर्ने ।</p> <p>तेल वा घ्यु तताउने ।</p> <p>फ्राई गर्ने ।</p> <p>दोमा मंग्रेलो वा जीराको गेडा राखेमा राम्रो ।</p> <p>(दो भनेको मैदा तथा पानी मिसाई बनाइएको डल्लो हो ।)</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u></p> <p>मैदा, तेल, घ्यु, नुन, मंग्रेल, पानी ।</p> <p><u>कार्य (Task):</u></p> <p>निम्कि बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● एकै आकारमा भुरुम्म परेका । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● समोसाको दो बनाउन जान्ने । ● अवयवहरू (Ingredients) ● बनाउने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, कराई, भांजर, ट्रे

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- फ्राई गर्दा ध्यान पुऱ्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२घण्टा

व्यवहारिक : २ १/२ घण्टा

कार्य(Task) ४: चाट बनाउने । (Making Chat)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>समोसा तयार पार्ने ।</p> <p>प्लेटमा समोसा राखी हल्का टुक्रयाउने ।</p> <p>दहि राख्ने ।</p> <p>भुजिया राख्ने ।</p> <p>चाट मसाला हाल्ने ।</p> <p>मसिनो काटेको प्याज, धनिया र खुर्सानी छर्कने र दिने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> समोसा, दहि, भुजिया, चाट मसाला, प्याज, खुर्सानी, धनिया ।</p> <p><u>कार्य (Task):</u> चाट बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । राम्रोसंग सजाएको हुनु पर्ने । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> समोसा बनाउन जान्ने हुनु पर्छ । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, कराई, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, वौल, भांजर

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- फ्राई गर्दा ध्यान पुऱ्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) ५: समोसा बनाउने । (Making Samosa)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६. ७.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>आलु उसिन्ने, छिल्ले, ठिक्क मुछ्ने ।</p> <p>केराउ उसिन्ने, अदुवा, लसुन, प्याज, धनिया, खुर्सानी काट्ने ।</p> <p>तेल तताउने, पहिला थोरै जिरा पट्काउने, सब्जी हाल्ने, आलु हाल्ने, त्यस पछि बेसार, नुन, जिरा धूलो हाल्ने ।</p> <p>मैदामा घ्यू, नुन र पानी मिसाई साह्रै दो बनाउने ।</p> <p>एकछिन छोपेर राख्ने र एकै नासको डल्ला बनाउने । लाम्चो आकारमा वेल्ने । आधा काट्ने । मिक्चर भरि समोसा बनाउने । अचार संग दिने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> आलु, प्याज, अदुवा, लसुन, केराउ, मसाला, नुन, धनिया ।</p> <p><u>कार्य (Task):</u> समोसा बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । एकै नासका कडा खालको बनाउने । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> समोसा बनाउन जान्ने । फ्राई गर्न जान्ने । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, कराई, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, वौल, भांजर

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- फ्राई गर्दा ध्यान पुऱ्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३घण्टा

कार्य(Task) ६: चप बनाउने । (Making Chaup)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>आलु उसिन्ने, छिल्ले र मुछ्छने ।</p> <p>मसिनो टुकामा प्याज, धनियां, खुर्सानी, अदुवा, लसुन काट्ने ।</p> <p>माथीको सबै सामग्रीहरू मिसाउने । नुन हाल्ने ।</p> <p>बराबरी आकारका डल्ला बनाउने । थोरै चेप्टो पार्ने ।</p> <p>वेसन पानीमा घोल्ने, थोरै नुन र वेसार हाल्ने ।</p> <p>कराईमा तेल तताउने ।</p> <p>आलुको डल्लालाई वेसनमा डुवाई फ्राई गर्ने । अचार संग दिने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> आलु, प्याज, अदुवा, लसुन, मसाला, नुन ।</p> <p><u>कार्य (Task):</u> चप बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । एकै नासका धरै चिल्लो नभएको हुनु पर्ने । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> कुकिङ्ग मेथड सम्बन्धि ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, कराई, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, वौल, भांजर

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- चप फ्राई गर्दा तातो तेलबाट होसियार हुने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ४ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३ १/२ घण्टा

कार्य(Task) ७: आलु टिक्की बनाउने । (Making Aloo Tikki)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६. ७. ८. ९.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>आलु उसिन्ने, छिल्ले र मुछ्ने ।</p> <p>रातो सुकेको खुर्सानीको धुलो बनाउने ।</p> <p>जिराको धुलो बनाउने ।</p> <p>आलु, जिरा र खुर्सानी मिसाउने, थोरै कर्न फूलोर हाल्ने । मुछ्ने ।</p> <p>एकै नासका डल्ला बनाउने ।</p> <p>थिचेर चेप्टो बनाउने ।</p> <p>तावामा थोरै तेल दल्ने, टिक्कीको दुवै पट्टि हल्का रंग आउने गरि पकाउने, अचार संग दिने ।</p> <p>(आलु टिक्की मिन्ट चटनी संग र इम्लीको चटनी संग सर्भ गर्न राम्रो हुन्छ)</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> आलु, खुर्सानी, जिरा, नुन, कर्न फूलोर</p> <p><u>कार्य (Task):</u> आलु टिक्की बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● एकै नासका धरै चिल्लो नभएको हल्का ब्राउन गरेको । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● कुकिङ्ग मेथड सम्बन्धि ज्ञान भएको । ● अवयवहरू (Ingredients) ● बनाउने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, तावा, डेक्की, कोरेसो, पल्टा, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- तावामा पकाउंदा होसियार पूर्वक गर्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

मोड्युल ९: फ्राइड राइसका परिकार बनाउने ।

समय : ३ घण्टा (सै) + १५ घण्टा (ब्या) = १८ घण्टा

वर्णन(Description): यस मोड्युलमा फ्राइड राइसका परिकार बनाउने संग सम्बन्धित ज्ञान र सीपहरु समावेश गरिएका छन् ।

उद्देश्यहरु(Objectives) :

प्रशिक्षार्थीलाई फास्टफुड कुकका लागि आवश्यक पर्ने फ्राइड राइसका परिकार बनाउने कार्यहरु गर्न सिकाउने ।

कार्यहरु(Tasks) :

1. जिरा फ्राइ राइस बनाउने ।
2. भेज फ्राइड राइस बनाउने ।
3. एग फ्राइड राइस बनाउने ।
4. चिकेन/मटन/बफ फ्राइड राइस बनाउने ।
5. मिक्स फ्राइड राइस बनाउने ।

कार्य बिश्लेषण
(Task Analysis)

(फ्राइड राइसका परिकार बनाउने ।)

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ४ घण्टा

सैद्धान्तिक : १घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) १:जिरा फ्राइड राईस बनाउने । (Jeera Fried Rice)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६. ७.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>भात फरर हुने गरि पकाउने ।</p> <p>चिसो पार्ने ।</p> <p>तेल तताउने जिरा फुराउने ।</p> <p>भात राख्ने, राम्रो संग चलाउने, डल्ला मादने ।</p> <p>नुन, मरिचको धुलो सोया सस् र अजिनोमोटो थोरै हाल्ने । राम्रो संग चलाउने ।</p> <p>नोट: भात पकाउंदा पहिले पानी उमाल्ने, चामल हाल्ने, आधासरो पाके पछि पानी फाल्ने, स्टिमरमा राखेर स्टिम गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> राइस, तेल, जिरा, मसलाहरू</p> <p><u>कार्य (Task):</u> जिरा फ्राइड राइस बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । भातको सिता छुट्टिएको, डल्ला नपरेको हल्का ब्राउन कलर । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> भात पकाउने ज्ञान भएको । कुकिङ्ग मेथडसको ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार,उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, कराई, (फ्राइङ्ग प्यान) डाडु वा स्लाईसर (पल्टा), डेक्की

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- फ्राई गर्दा होस् पुऱ्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) २: भेज फ्राइड राइस बनाउने । (Vegetable Fried Rice)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>भात तयार पार्ने ।</p> <p>गांजर, सिमी, केराउ, मसिनो काटेर हल्का उसिन्ने । चिसो पानीले धुने ।</p> <p>हरियो प्याजलाई पखालेर मसिनो टुकामा काट्ने ।</p> <p>तेल तताउने, थोरै लसुन भुट्ने, भेजिटेवल भुट्ने, राइस राख्ने । राम्रो संग चलाउने । नुन मरिचको धुलो, सोया सस् र थोरै अजिनोमोटो हाल्ने, चलाउने । हरियो प्याज राखी सर्भ गर्ने । (फ्राइड राइस संग टोमाटो केचप र चिल्ली सस् सर्भ गर्दा राम्रो हुन्छ ।)</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> राइस, भेजिटेवल, मसलाहरू, तेल</p> <p><u>कार्य (Task):</u> भेज फ्राइड राइस बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● डल्ला नपरेको हल्का ब्राउन कलर भएको । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● चाइनिज मसाला सम्बन्धि ज्ञान भएको । ● कृकिङ्ग मेथडसको ज्ञान भएको । ● अवयवहरू (Ingredients) ● बनाउने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार,उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, कराई, (फ्राइङ्ग प्यान) डाडु वा स्लाईसर (पल्टा), चपिङ्ग बोर्ड

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- फ्राई गर्दा होसीयार रहने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : २ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : २ घण्टा

कार्य(Task) ३: एग फ्राइड राईस बनाउने । (Egg Fried Rice)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरु (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरु संकलन गर्ने ।</p> <p>राईस पकाउने ।</p> <p>भेजिटेवल काटेर उसिन्ने ।</p> <p>अण्डा फिटेर पातलो अमलेट बनाई मसिनो टुकामा काट्ने ।</p> <p>हरियो प्याजलाई मसिनो गरि काट्ने ।</p> <p>भेज फ्राइड राईस जस्तै गरि भुट्ने ।</p> <p>अन्तमा अण्डा र हरियो प्याज हाल्ने ।</p> <p>फ्राइड राईस संग टोमाटो केचप र चिल्ली सस् सभर्न गर्दा राम्रो हुन्छ ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u></p> <p>राईस, भेजिटेवल, मसलाहरु, अण्डा तेल</p> <p><u>कार्य (Task):</u></p> <p>एग फ्राइड राईस बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन भएका । डल्ला नपरेको हल्का ब्राउन कलर भएको । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरु अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> चाइनिज मसाला सम्बन्धि ज्ञान भएको । कुकिङ्ग मेथडसको ज्ञान भएको । अवयवहरु (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरु (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, कराई, (फ्राइङ्ग प्यान) डाडु वा स्लाईसर (पल्टा), चपिङ्ग बोर्ड

सुरक्षा/सावधानीहरु (Safety/Precautions):

- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ४ १/२घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ४ घण्टा

कार्य(Task) ४: चिकेन, मटन, बफ फ्राइड राइस बनाउने । (Chicken, Mutton, Buff Fried Rice)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>भेजिटेवल राइस तयार गर्ने ।</p> <p>चिकेन, मटन, वा बफ उसिनेर मसिनो काटेर मिसाउने र एक छिन फ्राई गर्ने ।</p> <p>माथीबाट हरियो प्याजका टुक्रा राखी सर्भ गर्ने ।</p> <p>फ्राइड राइस संग टोमाटो केचप र चिल्ली सस् सर्भ गर्दा राम्रो हुन्छ ।)</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> राइस, भेजिटेवल, मसलाहरु,चिकेन, मटन या बफ, तेल</p> <p><u>कार्य (Task):</u> चिकेन, मटन, बफ फ्राईड राइस बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । फरर परेको हल्का ब्राउन कलर भएको । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> चाइनिज मसाला सम्बन्धि ज्ञान भएको । कुकिङ्ग मेथडसको ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार,उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, कराई, (फ्राइङ्ग प्यान) डाडु वा स्लाईसर (पल्टा), चपिङ्ग बोर्ड

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- फ्राई गर्दा होसीयार रहने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) ५: मिक्स फ्राइड राइस बनाउने । (Mixed Fried Rice)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>भेजिटेबल फ्राइड राइस लाई जस्तै तयारी गर्ने ।</p> <p>अन्त्यमा थोरै थोरै चिकेन, मटन या बफ र अण्डा मिसाउने ।</p> <p>(मासु माथी उल्लेखित गरिएका मध्ये कुनै दुईवटा भए पुग्छ ।)</p> <p>फ्राइड राइस संग टोमाटो केचप र चिल्ली सस् सर्भ गर्दा राम्रो हुन्छ ।)</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> राइस, भेजिटेबल, मासुहरू, तेल</p> <p><u>कार्य (Task):</u> मिक्स फ्राइड राइस बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रुपमा सम्पादन भएका । ● फरर परेको हल्का ब्राउन कलर भएको । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● चाइनिज मसाला सम्बन्धि ज्ञान भएको । ● कुकिङ्ग मेथडसको ज्ञान भएको । ● अवयवहरू (Ingredients) ● बनाउने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, कराई, (फ्राइङ्ग प्यान) डाडु वा स्लाईसर (पल्टा), चपिङ्ग बोर्ड

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- फ्राई गर्दा होसीयार रहने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

मोड्युल १०: दाल तथा तरकारीका परिकार पकाउने ।

समय : ४ घण्टा (सै) + २६ घण्टा (ब्या) = ३४ घण्टा

वर्णन(Description): यस मोड्युलमा दाल तथा तरकारीका परिकार पकाउने संग सम्बन्धित ज्ञान र सीपहरु समावेश गरिएका छन् ।

उद्देश्यहरु(Objectives) :

प्रशिक्षार्थीलाई फास्टफुड कुकका लागि आवश्यक पर्ने दाल तथा तरकारीका परिकार पकाउने कार्यहरु गर्न सिकाउने ।

कार्यहरु(Tasks) :

1. प्लेन दाल पकाउने ।
2. दाल फ्राइ पकाउने ।
3. छोले पकाउने ।
4. चना फ्राइ पकाउने ।
5. मिसमास (मिक्स) तरकारी पकाउने ।
6. आलु/पनिर र मटरको तरकारी पकाउने ।
7. राजमा मसलापकाउने ।
8. आलु जिरा पकाउने ।

कार्य बिश्लेषण (Task Analysis)

(दाल तथा तरकारीका परिकार पकाउने ।)

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) १: प्लेन दाल बनाउने । (Plain Dal)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १०	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सवै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>दाल राम्रो संग केलाउने ।</p> <p>पानीमा राम्रोसंग पखाल्ने ।</p> <p>प्रेसर कुकरमा हाल्ने । पानी धेरै नहाल्ने ।</p> <p>नुन, थोरै तेल र बेसार पनि हाल्ने ।</p> <p>पाक्ने गरि पकाउने ।</p> <p>बाहिर निकाल्ने र आवश्यक परे पानी थप्ने ।</p> <p>नुन स्वाद अनुसार हाल्ने ।</p> <p>धनियांको पात हालेर सर्भ गर्ने । (यो एक वा एक भन्दा बढ्ता दालहरू मिसाएर पनि बनाउन सकिन्छ ।)</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> दाल, नुन, तेल, धनियां</p> <p><u>कार्य (Task):</u> प्लेन दाल बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ठिक्क वाक्लो । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> दालको वाक्लोपन बारे ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- डेक्ची वा प्रेसर कुकर, डाडु, बोल

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- प्रेसर कुकर खोल्ने वेलामा ध्यान दिने। वाफ पुरा गए पछि मात्र खोल्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण (Task Analysis)

कुल समय : २ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : २ घण्टा

कार्य (Task) २: दाल फ्राई बनाउने । (Fried Dal)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>प्लेन दाल बनाउने ।</p> <p>प्याज छिलेर मसिनो टुक्रा (चण्ड) गर्ने ।</p> <p>अदुवा र लसुन छिलेर मसिनो टुक्राम (चण्ड) काट्ने ।</p> <p>गोलभेडा पखालेर चण्ड गर्ने ।</p> <p>हरियो खुर्सानी र धनियां चण्ड गर्ने ।</p> <p>तेल वा घ्यु तताउने, जिरा फुराउने, अदुवा, लसुन र प्याज हालेर भुट्ने, गोलभेडा र खुर्सानी हाल्ने, दाल हाल्ने, आवश्यक मात्रामा पानी हाल्ने, नुन थप्ने, । धनियां हालेर सर्भ गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> दाल, जिरा, प्याज, अदुवा, लसुन गोलभेडा ।</p> <p><u>कार्य (Task):</u> दाल फ्राई बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- कराई, डाडु, चुल्हो, डेक्की वा प्रेसर कुकर, चपिङ्ग बोर्ड, चक्कु, फ्राइङ्ग प्यान, वौल ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- प्रेसर कुकर विको खोल्दा होस् पुऱ्याउने, वाफ पुरा गए पछि मात्र खोल्ने । फ्राई गर्दा सावधानी रहने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) ३: छोले पकाउने । (Chhole)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. सफा चनालाई १ रात भिजाउने ।</p> <p>४. प्याज मसिनो काट्ने, अदुवा लसुनको पेष्ट बनाउने ।</p> <p>५. चनालाई पाक्ने गरि उसिन्ने ।</p> <p>६. तेल तताई प्याज भुट्ने ।</p> <p>७. प्याज ब्राउन कलर भए पछि अदुवा लसुन पेष्ट हाल्ने, जिरा, धनियां, वेसार, खुर्सानीको धुलो हाल्ने । गोलभेडा हाल्ने, नुन हाल्ने, तेज पत्ता हाल्ने ।</p> <p>८. चना मिसाउने, एक छिन पकाउने र गरम मसाला वा चना मसला हाली निकाल्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> चना, गरम मसाला, नुन, प्याज, अदुवा, लसुन, गोलभेडा, तेल ।</p> <p><u>कार्य (Task):</u> छोले बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । वाक्लो लेदो भएको चना राम्रो संग पाकेको । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> करि पकाउने ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- कराई, डाडु, चुल्हो, डेक्की वा प्रेसर कुकर, चपिङ्ग बोर्ड, चक्कु ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- प्रेसर कुकर विको खोल्दा होस् पुन्याउने । वाफ पुरा गए पछि मात्र खोल्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३घण्टा

कार्य(Task) ४: फ्राई चना पकाउने । (Fried Channa)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>छोलेलाई जस्तै चनालाई उसिन्ने, मसला भुट्ने तर प्याज थोरै हाल्ने, मसाला पनि थोरै हाल्ने, गोलभेडा नहाल्ने, ग्रेभी नबनाउने ।</p> <p>मसाला संग चना राम्रोसंग भुट्ने । प्याजलाई मसिनो काटेर खुर्सानी तथा धनियां सहित चना माथी छर्किएर दिने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> चना, अदुवा, लसुन, तेल ।</p> <p><u>कार्य (Task):</u> फ्राई चना पकाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । सुख्खा तथा पाकेको । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> करि सम्बन्धि ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार,उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- कराई, डाडु, चुल्हो, डेक्की वा प्रेसर कुकर, चपिङ्ग बोर्ड, चक्कु ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- प्रेसर कुकर विको खोल्दा होस् पुऱ्याउने । वाफ पुरा गए पछि मात्र खोल्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२घण्टा

व्यवहारिक : ३घण्टा

कार्य(Task) ५: मिसमास तरकारी पकाउने । (Mixed Vegetable Curry)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>गांजर, सिमी, कउली, आलु छिलेर सफा गरेर एउटै नासको टुकामा काट्ने ।</p> <p>उम्लिएको पानीमा नुन राखि एक छिन पकाउने ।</p> <p>कराईमा तेल तताउने, छोलेको जस्तै प्याज, अदुवा, लसुन, गोलभेडा हालेर हल्का ग्रेभी बनाउने ।</p> <p>भेजिटेबल ग्रेभी, मिसाई एक छिन पकाउने, नुन हाल्ने ।</p> <p>धनियां माथीबाट छर्किएर दिने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> सब्जीहरू, मसला, तेल, गोलभेडा, प्याज, अदुवा, लसुन ।</p> <p><u>कार्य (Task):</u> मिक्स तरकारी पकाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ठिक्क पाकेको नटुक्रिएको हुनु पर्छ । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> करि सम्बन्धि ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- कराई, डाडु, चुल्हो, डेक्की वा प्रेसर कुकर, चपिङ्ग बोर्ड, चक्कु ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- प्रेसर कुकर विको खोल्दा होस् पुऱ्याउने । वाफ पुरा गए पछि मात्र खोल्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३१/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) ६: आलु मटर/मटर पनिर पकाउने । (Aloo Matar/Matar Paneer)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. आलु छिलेर मसिनो बराबरी टुकामा काट्ने । केराउ छिल्ले र उसिन्ने । सुख्खा केराउ भए भिजाएर उसिन्ने ।</p> <p>४. पनिरलाई मसिनो बराबरी टुकामा काटेर हल्का फ्राई गर्ने र पानीमा ढुवाउने ।</p> <p>५. प्याज मसिनो काट्ने, अदुवा लसुनको पेष्ट बनाउने ।</p> <p>६. हरियो खुर्सानी चप गर्ने, गोलभेडा चप गर्ने ।</p> <p>७. तेल तताउने, प्याज भुट्ने, लसुन अदुवा पेष्ट हाल्ने, वेसार, धनिया, जिरा, खुर्सानी धुलो हाल्ने, गरम मसला गोलभेडा हाल्ने, आलु हाल्ने एक छिन पकाउने, केराउ हाल्ने, नुन हाल्ने । पनीर आलुको सट्टामा हाल्ने र नुन हाल्ने । धनियां राखेर सर्भ गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> आलु, पनीर, केराउ, गोलभेडा, मसला, नुन, तेल</p> <p><u>कार्य (Task):</u> आलु मटर/मटर पनिर बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । बाक्लो ग्रेभी भएको राम्रोसंग पाकेको । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> करी सम्बन्धि ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- कराई, डाडु, चुल्हो, डेक्की वा प्रेसर कुकर, चपिङ्ग बोर्ड, चक्कु, फ्राइङ्ग प्यान, बौल ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- प्रेसर कुकर विको खोल्दा होस् पुन्याउने । वाफ पुरा गए पछि मात्र खोल्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) ७: राजमा मसला बनाउने । (Rajama Masala)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>राजमा रात भरी भिजाउने ।</p> <p>उसिन्ने (राम्रो संग पाकेको)</p> <p>प्याज चप गर्ने, अदुवा, लसुन पेष्ट बनाउने, गोलभेडा चप गर्ने, खुर्सानी धनियां चप गर्ने ।</p> <p>तेल तताउने, प्याज भुट्ने, अदुवा, लसुन हाल्ने, जिरा, खुर्सानी, वेसार, धनियांको धुलो हाल्ने, गोलभेडा हाल्ने, राजमा हाल्ने, नुन हाल्ने एक छिन पकाउने ।</p> <p>म्याङ्गो पाउडर र, गरम मसला हाल्ने, क्रिम हाल्ने । धनियां राखी सर्भ गर्ने । (गोलभेडालाई मिक्चरमा राखी पेष्ट बनाए राम्रो)</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> राजमा, प्याज, अदुवा, लसुन, खुर्सानी, गोलभेडा, तेल, मसलाहरू नुन</p> <p><u>कार्य (Task):</u> राजमा मसला बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । वाक्लो लेदो भएको राम्रोसंग पाकेको । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> करी सम्बन्धि ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- कराई, डाडु, चुल्हो, डेक्की वा प्रेसर कुकर, चपिङ्ग बोर्ड, चक्कु, फ्राइङ्ग प्यान, वौल ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- प्रेसर कुकर विको खोल्दा होस् पुन्याउने । वाफ पुरा गए पछि मात्र खोल्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) ढ: आलु जिरा पकाउने । (Aloo Jeera)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरु (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सवै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरु संकलन गर्ने ।</p> <p>आलु पखालेर उसिन्ने ।</p> <p>बोक्रा केलाउने (छिल्ले) ।</p> <p>बराबरीक टुकामा काट्ने ।</p> <p>तेल ततउने, जीरा गेडा फुराउने, आलु हाल्ने, वेसार, खुर्सानीको धुलो हाल्ने ।</p> <p>नुन हाल्ने एक छिन भुट्ने, धनियां राखेर सर्भ गर्ने । (आलु काटेर एकछिन तातो तेलमा फ्राई गरेमा क्रिस्पी हुन्छ)</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> आलु, जीरा, मसलाहरु, तेल, नुन</p> <p><u>कार्य (Task):</u> आलु, जीरा बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन भएका । आलु नटुक्रिएको क्रिस्पी (भुरुम, भुरुम) परेको । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरु अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> करी सम्बन्धि ज्ञान भएको । अवयवहरु (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार,उपकरण र सामग्रीहरु (Tools, Equipment and Materials):

- कराई, डाडु, चुल्हो, डेक्की, चपिङ्ग बोर्ड, चक्कु, फ्राइङ्ग प्यान, वौल ।

सुरक्षा/सावधानीहरु (Safety/Precautions):

- फ्राई गर्दा ध्यान पत्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

मोड्युल ११: मासुका परिकार बनाउने ।

समय : ८ घण्टा (सै) + ४२ घण्टा (ब्या) = ५० घण्टा

वर्णन(Description): यस मोड्युलमा मासुका परिकार बनाउने संग सम्बन्धित ज्ञान र सीपहरु समावेश गरिएका छन् ।

उद्देश्यहरु(Objectives) :

प्रशिक्षार्थीलाई फास्टफुड कुकका लागी आवश्यक पर्ने मासुका परिकार बनाउने कार्यहरु गर्न सिकाउने ।

कार्यहरु(Tasks) :

- १ मटन/चिकेन /बफ ब्वाइल गर्ने ।
- २ सांघेको मटन/चिकेन/बफ बनाउने ।
- ३ मटन/चिकेन/बफ फ्राइ गर्ने ।
- ४ मटन/चिकेन/बफ तास पकाउने ।
- ५ मटन/बफ सुकुटी पकाउने ।
- ६ माछा फ्राइ गर्ने ।
- ७ मटन/चिकेन/बफ सेकुवा पकाउने ।
- ८ मटन/बफ भुटन पकाउने ।
- ९ मटन/चिकेन करी पकाउने ।
- १० मटन/चिकेन/बफ चिल्ली पकाउने ।
- ११ मटन/चिकेन/बफ मन्चुरियन पकाउने ।

कार्य विश्लेषण
(Task Analysis)

(मासुका परिकार बनाउने ।)

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ४ घण्टा

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) १: मटन, चिकेन, वफ, पॉक ब्वाईल गर्ने । (Boiled Meat)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>मासुको टुक्रो ठुलो आकारमा काट्ने (बफको हड्डी निकाल्ने), पॉकको छाला सहित, चिकेन छाला र हड्डी संग, मटन हड्डी संग उसिन्ने ।</p> <p>प्रेसर कुकरमा मासुलाई ठिक्क आधा ढाक्ने गरि पानी हाल्ने, तेज पत्ता हाल्ने र पकाउने । पॉक लाई थोरै कागतीको रस पनि राख्ने ।</p> <p>बाहिर निकाल्ने, पातलो स्लाइस गर्ने, प्लेटमा सजाएर कालो नुन, टिमुरको धुलो, खुर्सानीको धुलो संग सभर्न गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> बफ, चिकेन, मटन, पॉक</p> <p><u>कार्य (Task):</u> ब्वाईल मटन, चिकेन, वफ, पॉक ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● राम्रो संग पाकेको हुनु पर्छ । ● सुरक्षा तथा साबधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● प्रेसर कुकर चलाउने ज्ञान भएको । ● अवयवहरू (Ingredients) ● बनाउने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, प्रेसर कुकर, कटिङ्ग बोर्ड, चक्कु, चिकेन, पॉक ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- प्रेसर कुकर खोल्दा विचार पत्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) २: सांघेको मटन, चिकेन, बफ बनाउने । (Mutton, Chicken, Buff Sandheko)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. मटन, चिकेन, बफलाई राम्रो संग उसिन्ने ।</p> <p>४. छाला, हड्डी निकाल्ने ।</p> <p>५. मसिनो लामो (जुलियन) आकारमा काट्ने ।</p> <p>६. कागतीको रस, अदुवा, लसुन, हरियो खुर्सानी, धनियाँ, नुन राखेर मोल्ने । (अदुवा लसुनलाई पनि मसिनो जुलियन टुकामा काट्दा राम्रो हुन्छ ।)</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> बफ, चिकेन, मटन, कागती, नुन, अदुवा, लसुन, हरियो खुर्सानी, धनियाँ</p> <p><u>कार्य (Task):</u> सांघेको मटन, चिकेन, बफ बनाउने</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ठिक्क पाकेको, एउटै आकारमा काटेको, राम्रोसंग सांघेको । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरिका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, प्रेसर कुकर, कटिङ्ग बोर्ड, चक्कु, चिकेन, पोँक ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- प्रेसर कुकर खोल्दा विचार पत्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ६ घण्टा

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

व्यवहारिक : ५घण्टा

कार्य(Task) ३: मटन, चिकेन, बफ फ्राई बनाउने । (Mutton, Chicken, Buff Fry)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरु (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरु संकलन गर्ने ।</p> <p>३. मटन, चिकेन, बफ उसिन्ने ।</p> <p>४. छाला, हड्डी निकाल्ने ।</p> <p>५. एकै नासका टुकामा काट्ने ।</p> <p>६. तेल तताउने, हल्का फ्राई गर्ने ।</p> <p>७. नुन, बेसार, खुर्सानी तथा जिराको धुलो हाल्ने ।</p> <p>८. आवश्यकता अनुसार लसुन, अदुवा तथा प्याज पनि मिसाउने । चिकेनलाई ठिकै फ्राई गर्दा राम्रो हुन्छ ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> बफ, चिकेन, मटन, तेल, मसलाहरु</p> <p><u>कार्य (Task):</u> मटन, चिकेन, बफ फ्राई बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन भएका । ● भुरुम भुरुम परेको । एउटै नासका टुक्राहरु भएको । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरु अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● कृकिङ्ग मेथडस सम्बन्धि ज्ञान भएको । ● अवयवहरु (Ingredients) ● बनाउने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार,उपकरण र सामग्रीहरु (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, प्रेसर कुकर, चिकेन, पोक, चपिङ्ग बोर्ड, चक्कु ।

सुरक्षा/सावधानीहरु (Safety/Precautions):

- प्रेसर कुकर खोल्दा विचार पत्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ५ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ५ घण्टा

कार्य(Task) ४: चिकेन, मटन, बफ तास बनाउने । (Chicken, Mutton, Buff Taas)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>मासुहरूलाई हड्डी निकाली एकै नासको टुकामा काट्ने ।</p> <p>तोरीको तेल, अदुवा लसुन पेष्ट, जिरा, धनिया, वेसार, खुर्सानी, गरम मसलाका धुलो तथा दहि मिसाई मोलेर करिब ३ घण्टा राख्ने ।</p> <p>तावा तताउने, थोरै तेल हाल्ने, मासु हाल्ने, विस्तारै भुट्ने, ठिक्क पकाउने ।</p> <p>थोरै सलाद, भुजा, अचार संग दिने ।</p>	<p>दिईएको (Given): चिकेन, मटन, बफ तेल, मसलाहरू, नुन, वेसार, सलाद, चटनी</p> <p>कार्य (Task): चिकेन, मटन, बफ तास बनाउन ।</p> <p>मापदण्ड (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● ठिक्क पाकेको (बहि पाकेमा सात्ते हुन्छ) । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● तावा, कुकिङ्ग मेथडस सम्बन्धि ज्ञान भएको । ● अवयवहरू (Ingredients) ● बनाउने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, तावा, पल्टा, चपिङ्ग बोर्ड, चक्कु ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- तावामा मासु सेक्दा ध्यान पत्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३घण्टा

कार्य(Task) ५: मटन, बफ सुकुटी बनाउने । (Mutton, Buff Sukuti)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>सुकुटीलाई पानीमा भिजाएर राख्ने ।</p> <p>नरम भए पछि लामो मसिनो (जुलियन) टुकामा काट्ने ।</p> <p>अदुवा, लसुन तथा हरियो खुर्सानी लामो टुकामा काट्ने ।</p> <p>कागतीको रस, नुन तोरीको तेल हालेर माथी लेखिएका सबै सामग्रीहरू मोल्ने । (प्याज पनि मिसाउन सकिन्छ ।)</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> चिकेन, मटन, बफ तेल, मसलाहरू, नुन, वेसार, सलाद, चटनी</p> <p><u>कार्य (Task):</u> मटन, बफ सुकुटी बनाउन ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । एउटै नासको टुक्रा, राम्रोसंग मोलेको । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> सलाद बनाउन जान्ने हुनु पर्ने । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चपिङ्ग बोर्ड, चक्क, वौल, चम्चा ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- कटिङ्ग गर्दा ध्यान प्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ६ घण्टा

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

व्यवहारिक : ५ घण्टा

कार्य(Task) ६: माछा फ्राई गर्ने । (Fried Fish)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सवै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>माछा राम्रोसंग सफा गर्ने ।</p> <p>कागतीको रस, नुन, वेसार, जिरा, तथ खुर्सानीको धुलो हालेर मोल्ने, थोरै ज्वानो र अदुवाको पेष्ट पनि हाल्न सकिन्छ ।</p> <p>वेसन हालेर मोल्ने ।</p> <p>तेल तताउने, फ्राई गर्ने ।</p> <p>सलाद संग दिने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> माछा सिंगो वा टुक्रा पारेको, कागती, नुन, खुर्सानी, वेसार, तेल</p> <p><u>कार्य (Task):</u> माछा फ्राई गर्ने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● कडा, नटुक्रिएको हुनु पर्ने । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● डिप फ्राई सम्बन्धि ज्ञान भएको । ● अवयवहरू (Ingredients) ● बनाउने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- कराई, चुल्हो, भांजर, वौल ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- फ्राई गर्दा तातो तेलबाट बच्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ५ १/२घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२घण्टा

व्यवहारिक : ५ घण्टा

कार्य(Task) ७: चिकेन, मटन, बफ सेकुवा बनाउने । (Chicken, Mutton, Buff Sekuwa)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६. ७. ८.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>मासुलाई मात्र एकै नासका टुकामा काटी नुन, तोरीको तेल, बेसार, जिरा, खुर्सानि, धनियाको धुलो अदुवा लसुन पेष्ट र दहि संग मोल्ने ।</p> <p>तासलाई जस्तै गरि मासुलाई मोल्ने ।</p> <p>भिरमा उल्ने ।</p> <p>आगो माथी सेक्ने ।</p> <p>अन्तिममा १ पटक तेल दलेर सेक्ने ।</p> <p>भुजा वा चिउरा, थोरै सलाद र चटनी संग दिने ।</p>	<p>दिईएको (Given): चिकेन, मटन, बफ, अदुवा, लसुन, मसलाहरू, दहि, तेल</p> <p>कार्य (Task): चिकेन, मटन, बफ सेकुवा बनाउने ।</p> <p>मापदण्ड (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ठिक्क पाकेको हुनु पर्ने । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> सेकुवा सम्बन्धि ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, भीर, वौल ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- मासु सेक्दा आगोबाट बच्ने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) ढः मटन, बफ, भुटन पकाउने । (Mutton, Buff Bhutan)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरु (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सवै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरु संकलन गर्ने ।</p> <p>आन्द्रा, भुंडी राम्रो संग सफा गर्ने, उसिन्ने । मसिनो टुकामा काट्ने ।</p> <p>कलेजो, फियो, मृगौला मसिनो टुकामा काट्ने ।</p> <p>तेल तताउने, मासु मिसाई भुट्ने ।</p> <p>पाक्ने वेलामा अदुवा, लसुन पेष्ट, वेसार, जीरा, धनियां, खुर्सानीको धुलो तथा नुन हाल्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> मटन, बफको आन्द्रा, भुंडी, कलेजो, फिया, मृगौला, तेल</p> <p><u>कार्य (Task):</u> मटन, बफ, भुटन पकाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन भएका । कडा रुपमा फ्राई भएको हुनु पर्ने । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरु अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> मटन फ्राई गर्ने ज्ञान भएको । अवयवहरु (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरु (Tools, Equipment and Materials):

- डेक्ची वा प्रेसर कुकर, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड ।

सुरक्षा/सावधानीहरु (Safety/Precautions):

- प्रेसर कुकर खोल्दा, कटिङ्ग गर्दा ध्यान पुऱ्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३घण्टा

कार्य(Task) ९: मटन, चिकेन करि पकाउने । (Mutton, Chicken Curry)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. खसी वा कुखुराको मासु छाला निकालेर (कुखुराको मात्र) एकै नासको टुकामा काट्ने ।</p> <p>४. प्याज मसिनो टुकामा काट्ने, अदुवा लसुनको पेष्ट बनाउने ।</p> <p>५. तेल तताउने, प्याज ब्राउन हुने गरि भुट्ने । मासु हालेर एक छिन भुट्ने। ल्वाङ्ग, तेजपत्ता, सुकमेल हाल्ने ।</p> <p>६. अदुवा, लसुन, वेसार, जीरा, धनिया तथा खुर्सानीको धुलो हाल्ने । नुन हाल्ने ।</p> <p>७. आवश्यक मात्रामा पानी हाल्ने , पाकुन्जेल पकाउने, गोलभेडा हाल्ने, एक छिन पकाउने, धनिया राखेर दिने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> मासु, मसला, प्याज, अदुवा, लसुन, तेल, नुन ।</p> <p><u>कार्य (Task):</u> मटन, चिकेन करिपकाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । बाक्लो भोल भएको, राम्रो संग पाकेको । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> करि सम्बन्धि ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, डेक्की वा प्रेसर कुकर, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- प्रेसर कुकर खोल्दा, कटिङ्ग गर्दा ध्यान पुऱ्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ४ घण्टा

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

व्यवहारिक : ३घण्टा

कार्य(Task) १०: मटन, चिकेन, बफ चिल्ली पकाउने । (Mutton, Chicken, Buff Chilly)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. मटन र बफलाई ठुलो टुकामा काटेर उसिन्ने ।</p> <p>४. चिकेनलाई छाला निकालेर मसिनो टुकामा काट्ने ।</p> <p>५. चिकेनलाई नुन, मरिचको धुलो, अण्डा र कर्नफ्लोरले मोल्ने, हल्का फ्राई गर्ने ।</p> <p>६. बफ र मटनलाई पातलो टुकामा काट्ने ।</p> <p>७. तेल तताउने, अदुवा, लसुन, हरियो खुर्सानी तथा प्याज भुट्ने, मासु हाल्ने, थोरै नुन, मरिचको धुलो, अजिनोमोटो र सोया ससु हाल्ने, एकछिन भुट्ने, थोरै केचप र चिल्लो ससु हाल्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> मटन, चिकेन, बफ, प्याज, खुर्सानी, अदुवा, लसुन, नुन, मरिच, सोया ससु</p> <p><u>कार्य (Task):</u> मटन, चिकेन, बफ चिल्ली पकाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । एकै नासका टुक्राहरू, नरम खालको हुनु पर्ने । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> चाइनिज मसला सम्बन्धि ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरिका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, कराई वा फ्राई प्यान, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, वौल, पल्टा ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- कटिङ्ग गर्दा, फ्राई गर्दा ध्यान पुऱ्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ५ घण्टा

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

व्यवहारिक : ४ घण्टा

कार्य(Task) ११: भेजिटेवल, चिकेन, फिस मन्चुरियन पकाउने । (Cook Vegetable, Chicken, Fish, Manchurian)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. गांजर, सिमी, बन्दा मसिनो काटेर, नुन, मरिच, कर्न फ्लोर, अण्डा राखेर डल्लो बनाएर फ्राई गर्ने । (भेजिटेवल मन्चुरियनको लागि)</p> <p>४. कुखुराको छाला निकाल्ने, चिकेन चिल्लीलाई जस्तै गरी फ्राई गर्ने । (चिकेन मन्चुरियनको लागि)</p> <p>५. माछाको काडां हटाएर, टुक्रा पारेर, चिकेन चिल्लीलाई जस्तै फ्राई गर्ने । (फिस मन्चुरियनको लागि)</p> <p>६. लसुन, धनिया र हरियो खुर्सानी चप गर्ने ।</p> <p>७. तेल तताउने, फ्राई गर्ने, चप लसुन, चप धनिया, चप हरियो खुर्सानि र स्टक हाल्ने । (हड्डिको भोल)</p> <p>८. नुन, मरिच, सोयासस, अजिनोमोटा हाल्ने ।</p> <p>९. कर्न फ्लोर चिसो पानीमा घोलेर हाल्ने, वाक्लो बनाउने, भेजिटेव, चिकेन वा फिस फ्राई हालेर एक छिन पकाउने । हरियो प्याज हालेर दिने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> भेजिटेवल, चिकेन, फिस, चाइनिज मसला, तेल, कर्न फ्लोर</p> <p><u>कार्य (Task):</u> भेजिटेवल, चिकेन, फिस मन्चुरियन ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● राम्रोसंग पाकेको थोरै ग्रभी भएको । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● चाइनिज करि सम्बन्धि ज्ञान भएको । ● अवयवहरू (Ingredients) ● बनाउने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, कराई, डेक्की, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, डाडु ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- कटिङ्ग गर्दा, फ्राई गर्दा ध्यान पुऱ्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

मोड्युल १२: म:म का परिकार बनाउने ।

समय : ६ घण्टा (सै) + २४ घण्टा (ब्या) = ३० घण्टा

वर्णन(Description): यस मोड्युलमा म:म का परिकार बनाउने संग सम्बन्धित ज्ञान र सीपहरु समावेश गरिएका छन् ।

उद्देश्यहरु(Objectives) :

प्रशिक्षार्थीलाई फाष्टफुड कुकका लागी आवश्यक पर्ने म:म का परिकार बनाउने कार्यहरु गर्न सिकाउने ।

कार्यहरु(Tasks) :

- १ स्टीम भेज म:म पकाउने ।
- २ स्टीम मटन/चिकेन /बफ म:म पकाउने ।
- ३ स्टीम पनिर म:म पकाउने ।
- ४ फ्राइड भेज/ पनिर/मटन/ चिकेन/बफ म:म पकाउने ।
- ५ भेज/ पनिर/ मटन/चिकेन /बफ काथे म:म पकाउने ।
- ६ सि म:म पकाउने ।

कार्य विश्लेषण
(Task Analysis)

(म:म का परिकार बनाउने ।)

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ६ घण्टा
सैद्धान्तिक : १ घण्टा
व्यवहारिक : ५ घण्टा

कार्य(Task) १: स्टिम भेज म:म: बनाउने । (Steamed MoMo)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. गांजर, सिमी, बन्दा मसिनो काटेर एक छिन उसिन्ने ।</p> <p>४. पानी फाल्ने, चिसो पार्ने, निर्चोने ।</p> <p>५. प्याज, अदुवा, लसुन चप गर्ने ।</p> <p>६. नुन, मरिच, सोया सस्, अजिनोमोटो र थोरै तेल हालेर मोल्ने ।</p> <p>७. मैदा छानेर चिसो पानीमा मोल्ने । सात्ते खालको डल्लो बनाउने । एउटै नासको टुकामा काट्ने, बेल्ने ।</p> <p>८. भेजिटेवल मिक्चर भर्ने, म:म: बनाउने, करिव ५ मिनेट स्टिम गर्ने, चटनी संग दिने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> भेजिटेवल, मैदा, चाइनिज मसला, तेल, हरियो प्याज, अदुवा, लसुन</p> <p><u>कार्य (Task):</u> स्टिम भेज म:म: बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । एउटै आकारको रसिलो हुनु पर्ने । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> म:म: सम्बन्धि ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, वौल, स्टिमर, वेल्ना, चक्ला ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- कटिङ्ग गर्दा, स्टिम गर्दा होसियार हुने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ६ घण्टा

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

व्यवहारिक : ५ घण्टा

कार्य(Task) २: स्टिम बफ, चिकेन, मटन म:म: बनाउने । (Steamed Buff, Chicken, Mutton MoMo)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६. ७. ८.	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>बफ, चिकेन, मटनको किमा बनाउने ।</p> <p>हरियो प्याज सुकेको प्याज, अदुवा, लसुन चप गर्ने ।</p> <p>सबै सामग्री मिसाउने, नुन, मरिचको धुलो, सोया ससु, अजिनोमोटो, तेल हालेर मोल्ने ।</p> <p>मैदा मुछेर साह्रै डल्लो बनाउने ।</p> <p>भेजिटेबल म:म: जस्तै बनाउने ।</p> <p>स्टिम गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> किमा मासु, प्याज, अदुवा, लसुन, चाइनिज मसला, तेल, मैदा</p> <p><u>कार्य (Task):</u> स्टिम बफ, चिकेन, मटन म:म: बनाउने</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रुपमा सम्पादन भएका । ● एउटै आकारको रसिलो हुनु पर्छ । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● म:म: सम्बन्धि ज्ञान भएको । ● अवयवहरू (Ingredients) ● बनाउने तरिका ● पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, बौल, स्टिमर, वेल्ना, चक्ला ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- कटिङ्ग गर्दा, स्टिम गर्दा होसियार हुने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ४ घण्टा

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) ३: स्टिम पनीर म:म: बनाउने । (Steamed Paneer MoMo)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. पनीरलाई कोरेसोले ग्रेट गर्ने ।</p> <p>४. हरियो प्याज खुर्सानी, धनियां, अदुवा, लसुन चप गर्ने ।</p> <p>५. सबै सामग्रीहरू नुन, गरम मसला, तेल राखेर मोल्ने ।</p> <p>६. मैदा मुछ्ने, एक छिन राख्ने ।</p> <p>७. भेजिटेबल म:म: जस्तै बनाउने ।</p> <p>८. स्टिम गर्ने ।</p> <p>९. चटनीसंग सर्भ गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> पनीर, हरियो प्याज, अदुवा, लसुन, खुर्सानी, तेल, मैदा</p> <p><u>कार्य (Task):</u> स्टिम पनीर म:म: बनाउने</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । एकै नासको रसिलो हुनु पर्छ । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> म:म: सम्बन्धि ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, वौल, स्टिमर, वेल्ना, चक्ला ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- कटिङ्ग गर्दा, स्टिम गर्दा होसियार हुने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ४ घण्टा

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) ४: फ्राइड भेज, वफ, चिकेन, मटन म:म: । (Fried Veg., Chicken, Mutton, Buff MoMo)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. अन्य म:म: जस्तै बनाउने ।</p> <p>४. तेल तताउने ।</p> <p>५. फ्राई गर्ने ।</p> <p>६. चटनी संग सर्भ गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> भेजिटेबल, चिकेन, मटन, वफ किमा, प्याज, अदुवा, लसुन, मसला</p> <p><u>कार्य (Task):</u> फ्राइड भेज, चिकेन, मटन, वफ म:म:</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● ठिक्क पाकेको रसिलो हुनु पर्छ । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● म:म: सम्बन्धि ज्ञान भएको । ● अवयवहरू (Ingredients) ● बनाउने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, फ्राई प्यान, भांजर, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- फ्राई गर्दा होसियार हुने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ४ घण्टा

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) ५: भेज, चिकेन, बफ, मटन कोथे । (Veg., Chicken, Mutton, Buff Kothey)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१	आवश्यक जानकारी लिने ।	<p>दिईएको (Given): भेजिटेवल, चिकेन, मटन, , मिट मसला, तेल</p> <p>कार्य (Task): भेज, चिकेन, बफ, मटन कोथे</p> <p>मापदण्ड (Standard):</p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । रसिलो, राम्रोसंग पाकेको हुनु पर्छ । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> म:म: सम्बन्धि ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी
२	चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।		
३.	अन्य म:म: जस्तै भेजिटेवल वा मासु मोल्ने ।		
४.	मैदा मुछ्ने ।		
५.	लाम्चो आकारको म:म: बनाउने ।		
६.	फ्राई प्यानमा थोरै तेल तताउने । म:म: लाइन मिलाएर राख्ने ।		
७.	हल्का ब्राउन भएपछि तेल तर्काउने ।		
८.	आधा डुब्ने गरि पानी हाल्ने । विकोले छोप्ने ।		
९.	५ मिनेट जति हल्का तापक्रममा पकाउने ।		
१०.	ब्राउन भएका पट्टि फर्काएर प्लेटमा राख्ने, चटनीसंग दिने ।		

औजार,उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, फ्राई प्यान, भांजर, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- फ्राई गर्दा होसियार हुने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ६ घण्टा

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

व्यवहारिक : ५ घण्टा

कार्य(Task) ६: सी म:म: । (Sze MoMo)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरु (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८	<p>आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>चाहिने सवै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरु संकलन गर्ने ।</p> <p>अन्य म:म: जस्तै बनाउने ।</p> <p>स्टिम वा फ्राई गर्ने ।</p> <p>प्याज, गोलभेडा, खुर्सानी ठुला ठुला टुकामा काट्ने ।</p> <p>थोरै तेल तताउने, भेजिटेवल भुट्ने, थोरै केचप हाल्ने, चिल्ली सस् हाल्ने, स्टक हाल्ने, नुन, मरिच, सोया सस्, अजिनोमोटो हाल्ने ।</p> <p>कर्न फ्लोर पानीमा घोलेर हाल्ने, हल्का वाक्लो लेदो बनाउने ।</p> <p>स्टिम वा फ्राईड म:म: राखेर एक छिन पकाउने । सर्भ गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> भेजिटेवल, मिट मसला, तेल, केचप, चिल्ली सस्</p> <p><u>कार्य (Task):</u> सी म:म:</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● कार्यचरणहरु क्रमिक रुपमा सम्पादन भएका । ● नफुट्टै आकारको । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरु अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> ● म:म: सम्बन्धि ज्ञान भएको । ● अवयवहरु (Ingredients) ● बनाउने तरिका ● पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरु (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, फ्राई प्यान, भांजर, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, ।

सुरक्षा/सावधानीहरु (Safety/Precautions):

- फ्राई गर्दा होसियार हुने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

मोड्युल १३: अचारका परिकार बनाउने ।

समय : ३ घण्टा (सै) + ११ घण्टा (ब्या) = १४ घण्टा

वर्णन(Description): यस मोड्युलमा अचारका परिकार बनाउने संग सम्बन्धित ज्ञान र सीपहरु समावेश गरिएका छन् ।

उद्देश्यहरु(Objectives) :

प्रशिक्षार्थीलाई फास्टफुड कुकका लागि आवश्यक पर्ने अचारका परिकार बनाउने कार्यहरु गर्न सिकाउने ।

कार्यहरु (Tasks) :

- १ गोलभेडाको चटनी बनाउने ।
- २ तिलको चटनी बनाउने ।
- ३ ग्गिन चटनी बनाउने ।
- ४ मिक्स अचार बनाउने ।
- ५ इमलीको चटनी बनाउने ।

कार्य विश्लेषण
(Task Analysis)

(अचारका परिकार बनाउने ।)

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ घण्टा

सैद्धान्तिक : १ घण्टा

व्यवहारिक : २ घण्टा

कार्य(Task) १: गोलभेडाको चटनी । (Tomato Chutney)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. गोलभेडा पखालेर आधा टुक्रा पारेर फ्राई प्यानमा एक छिन सेक्ने । अलि अलि डडाउने ।</p> <p>४. अदुवा, लसुन मसिनो काट्ने ।</p> <p>५. तेल तताउने, जिरा फुराउने, रातो खुर्सानी फुराउने, अदुवा, लसुन भुट्ने, जिरा, बेसारको धुलो राख्ने ।</p> <p>६. माथी लेखिएको सबै सामग्रीहरू नुन राखेर ब्लाण्डरमा मिक्स गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> गोलभेडा, अदुवा, लसुन, तेल, मसला, खुर्सानी</p> <p><u>कार्य (Task):</u> गोलभेडाको चटनी</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । राम्रो संग मिक्स भएको अमिलो, पिरो र नुनलो स्वाद मिलेको । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> अचार सम्बन्धि ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, फ्राई प्यान, डाडु, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, वौल, ग्राण्डर।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- ग्राण्डर चलाउदा राम्रो संग विक्रो लगाउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : २ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : २ घण्टा

कार्य(Task) २: तिलको अचार । (Sesame Chutney)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. तिललाई केलाउने, पखाल्ने, सुकाउने, र पिस्ने ।</p> <p>४. अदुवा, लसुन खुर्सानी तेलमा फ्राई गर्ने ।</p> <p>५. माथी लेखिएका सबै सामग्रीहरू एकै पटक पिस्ने ।</p> <p>६. नुन, कागतीको रस हाल्ने । धनियां हालेर दिने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> तिल, खुर्सानी, अदुवा, लसुन, नुन, कागती</p> <p><u>कार्य (Task):</u> तिलको अचार</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । नुन, खुर्सानी र अमिलो ठिक्क मिलेको । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> अचार सम्बन्धि ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, फ्राई प्यान, पल्टा, डाडु, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, वौल, ग्राण्डर मेशिन ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- ग्राण्डर मेशिन चलाउदा होस पुऱ्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : २ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : २ घण्टा

कार्य(Task) ३: ग्रिन चटनी बनाउने । (Mint Chutney)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३. ४. ५. ६.	आवश्यक जानकारी लिने । चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने । पुदिनाको पात सफा गर्ने । हरियो खुर्सानी मसिनो टुक्रा पार्ने । खुर्सानी र पुदिना संगै पिस्ने । कागतीको रस र नुन हाल्ने ।	<u>दिईएको (Given):</u> पुदिना, हरियो खुर्सानी, नुन, कागती <u>कार्य (Task):</u> ग्रिन चटनी बनाउने । <u>मापदण्ड (Standard):</u> ● कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । ● नुन, अमिलो र पिरो ठिक्क मिलेको । ● सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । ● कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको ।	● अचार सम्बन्धि ज्ञान भएको । ● अवयवहरू (Ingredients) ● बनाउने तरीका ● पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, फ्राई प्यान, पल्टा, डाडु, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, वौल, ग्राण्डर मेशिन ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- ग्राण्डर मेशिन चलाउदा होस पुऱ्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : ३ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : ३ घण्टा

कार्य(Task) ४: मिक्स अचार बनाउने । (Mixed Pickle)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. गांजर, मुला, काउली, खुर्सानी, केराउ एउटै नासका टुक्रा बनाएर घाममा सुकाउने ।</p> <p>४. तोरीलाई पखाल्ने, सुकाउने, पिस्ने ।</p> <p>५. माथी लेखिएको भेजिटेवल तोरी, तोरीको तेल, हरियो खुर्सानी, भिनिगर, वेसार, जिराको धुलो, खुर्सानीको धुलो मोल्ने ।</p> <p>६. सफा प्लाष्टिकको बट्टामा प्याक गरेर १ हप्ता सम्म घाममा सुकाउने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> भेजिटेवल, नुन, मसला, भिनिगर, तेल, तोरी</p> <p><u>कार्य (Task):</u> मिक्स अचार बनाउने ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । नुन, खुर्सानी र अमिलो ठिक्क मिलेको । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> अचार सम्बन्धि ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरीका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, फ्राई प्यान, पल्टा, डाडु, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, वौल, ग्राण्डर मेशिन ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- ग्राण्डर मेशिन चलाउदा होस पुऱ्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

कार्य विश्लेषण(Task Analysis)

कुल समय : २ १/२ घण्टा

सैद्धान्तिक : १/२ घण्टा

व्यवहारिक : २ घण्टा

कार्य(Task) ५: इम्लिको चटनी । (Imly Chutney)

क्र. सं. (S. N.)	कार्य चरणहरू (Steps)	अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective)	संबन्धित प्राविधिक ज्ञान (Related technical knowledge)
१ २ ३ ४ ५ ६ ७	<p>१. आवश्यक जानकारी लिने ।</p> <p>२. चाहिने सबै औजार तथा खाद्य सामग्रीहरू संकलन गर्ने ।</p> <p>३. इम्लिलाई गरम पानीमा भिजाएर करिब १ घण्टा राख्ने ।</p> <p>४. हातले मिचेर गोडा निकालेर छान्ने ।</p> <p>५. आवश्यक मात्रामा नुन र चिनी हाल्ने ।</p> <p>६. राम्रो संग घोल्ने ।</p> <p>७. बारा समोसा पकौडा संग सर्भ गर्ने ।</p>	<p><u>दिईएको (Given):</u> इम्लि, नुन, चिनी</p> <p><u>कार्य (Task):</u> इम्लि चटनी ।</p> <p><u>मापदण्ड (Standard):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> कार्यचरणहरू क्रमिक रूपमा सम्पादन भएका । नुनिलो, अमिलो र गुलियो मिलेको । सुरक्षा तथा सावधानीका उपायहरू अपनाईएका । कार्यसम्पादन अभिलेख राखिएको । 	<ul style="list-style-type: none"> अचार सम्बन्धि ज्ञान भएको । अवयवहरू (Ingredients) बनाउने तरिका पूर्व सावधानी

औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials):

- चुल्हो, फ्राई प्यान, पल्टा, डाडु, चक्कु, चपिङ्ग बोर्ड, बौल, ग्राण्डर मेशिन ।

सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions):

- ग्राण्डर मेशिन चलाउदा होस पुऱ्याउने ।
- व्यक्तिगत सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।
- कार्यस्थल सरसफाईलाई व्यवहारमा ल्याउने ।

मोड्युल १४: संचार गर्ने ।

समय : ४ घण्टा (सै) + ६ घण्टा (ब्या) = १० घण्टा

वर्णन (Description): यस मोड्युलमा संचार गर्नेसंग सम्बन्धित ज्ञान र सीपहरू समावेश गरिएका छन् ।

उद्देश्यहरू (Objectives) :

यस मोड्युलको अन्तमा प्रशिक्षार्थीहरू संचार गर्नेसंग सम्बन्धित निम्न कार्यहरू गर्न सक्षम हुनेछन् ।

- ग्राहकसंग संचार गर्ने ।
- सिनियरसंग संचार गर्ने ।
- जुनियरसंग संचार गर्ने ।
- साथिसंग संचार गर्ने ।
- सप्लायरसंग संचार गर्ने ।
- रोजगारदातासंग संचार गर्ने ।
- व्यवसायिक संगठनसंग संचार गर्ने ।

कार्यहरू (Tasks) :

- १ ग्राहकसंग संचार गर्ने ।
- २ सिनियरसंग संचार गर्ने ।
- ३ जुनियरसंग संचार गर्ने ।
- ४ साथिसंग संचार गर्ने ।
- ५ सप्लायर्ससंग संचार गर्ने ।
- ६ रोजगारदातासंग संचार गर्ने ।
- ७ व्यवसायिक संगठनसंग संचार गर्ने ।

संचार गर्ने कार्य चरणहरू:

१. संचार गर्ने व्यक्तिको पहिचान गर्ने ।
२. संचार गर्दा आदार सूचक शब्द प्रयोग गर्ने ।
३. लिखित संचारमा नम्र र सरल भाषा प्रयोग गर्ने ।
४. भेट हुँदा वा टेलिफोनमा सुरुमा अभिवादन गर्ने ।
५. टेलिफोनमा कुरा गर्दा आफ्नो परिचय र फोन गर्नाको उद्देश्य प्रष्ट पार्ने ।
६. मौखिक संचार गर्दा कुरा सकिए पछि समय दिएकोमा धन्यवाद दिने ।
७. लिखित संचारमा सम्बोधन तथा अभिवादन गर्न नबिर्सने ।

संचारसंग सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान

- संचारको परिभाषा ।
- संचारको आवश्यकता तथा महत्व ।
- संचारका विभिन्न साधनहरू र तिनीहरूको प्रयोग विधि ।
- संचारका माध्यामहरू ।
- विभिन्न व्यक्तिहरूसंग संचार गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरू ।

अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective):

<ul style="list-style-type: none">● आदार सूचक शव्द तथा नम्र र सरल भाषा प्रयोग गरी संचार गरेको ।
औजार, उपकरण र सामग्रीहरू (Tools, Equipment and Materials): <ul style="list-style-type: none">● टेलिफोन, कम्प्युटर, इमेल, कागज, कलम, लेटर प्याड ।
सुरक्षा/सावधानीहरू (Safety/Precautions): <ul style="list-style-type: none">● कुरा गर्दा तथा पत्राचारगर्दा आदार सूचक शव्द तथा नम्र र सरल भाषा प्रयोग गर्ने ।

मोड्युल १५ : वृत्ति विकास गर्ने

समय : ४ घण्टा (सै) + ६ घण्टा (ब्या) = १० घण्टा

वर्णन (Description): यसमा फाष्टफुड कुककाउद्यमीहरूको वृत्ति विकाससंग सम्बन्धित ज्ञान र सीपहरू समावेश गरिएका छन् ।

उद्देश्यहरू (Objectives) :

यस मोड्युलको अन्तमा प्रशिक्षार्थीहरू वृत्ति विकाससंग सम्बन्धित निम्न कार्यहरू गर्न सक्षम हुनेछन्:

१. तालिममा सहभागि हुन ।
२. मिटिङमा भाग लिन ।
३. गोष्ठी सेमिनारमा भाग लिन ।
४. पुस्तक पत्रपत्रिका पढ्न ।
५. बरिष्ठ प्राविधिक संग सम्पर्क राख्न ।
६. क्याटलग अध्ययन गर्ने ।
७. ईन्टरनेट साईडहरू भिजिट गर्ने ।
८. अध्ययन अवलोकन भ्रमण गर्ने ।

कार्यहरू (Tasks) :

१. तालिममा सहभागि हुने ।
२. मिटिङमा भाग लिने ।
३. गोष्ठी र सेमिनारमा भाग लिने ।
४. पुस्तक/पत्र पत्रिका पढ्ने ।
५. बरिष्ठ प्राविधिक संग सम्पर्क राख्ने ।
६. क्याटलग अध्ययन गर्ने ।
७. इन्टरनेट साईटहरू भिजिट गर्ने ।
८. अध्ययन अवलोकन भ्रमण गर्ने ।

वृत्ति विकास गर्ने कार्य चरणहरू:

१. विभिन्न पत्र पत्रिका, पुस्तकहरू तथा क्याटलगहरू अध्ययन गर्ने ।
२. गोष्ठी, सेमिनार, मिटिङको बारेमा जानकारी लिने ।
३. गोष्ठी, सेमिनार, मिटिङको लागि पत्राचार गर्ने ।
४. गोष्ठी, सेमिनार, मिटिङको आयोजना गर्ने, भाग लिने तथा जानकारीहरूको आदान प्रदान गर्ने ।
५. विभिन्न ईन्टरनेट साईडहरू भिजिट गरी व्यवसायसंग सम्बन्धित सूचनाहरू प्राप्त गर्ने ।
६. आफु भन्दा बरिष्ठ प्राविधिकहरूसंग सम्पर्क गरी थप जानकारीहरू तथा आवश्यक सर सल्लाह लिने ।
७. अध्ययन अवलोकन भ्रमणको लागि स्थान पहिचान गर्ने, भ्रमणको बारेमा अनुमति माग्ने र उपयुक्त समयमा भ्रमण गर्ने ।
८. भ्रमणको क्रममा व्यवसायसंग सम्बन्धित जानकारीहरू हासिल गर्ने ।
९. गोष्ठी, सेमिनार, मिटिङ, अध्ययन अवलोकन भ्रमण तथा बरिष्ठ प्राविधिकहरूसंग सम्पर्कको क्रममा प्राप्त जानकारीहरूलाई टिपोट गर्ने बानी बसाल्ने ।

वृत्ति विकाससंग सम्बन्धित प्राविधिक ज्ञान

- वृत्ति विकासको परिभाषा ।
- विकासको आवश्यकता तथा महत्व ।

- वृत्ति विकास गर्ने विभिन्न तरिकाहरु ।
- इमेल, इन्टरनेट हेर्ने तरिकाहरु ।
- गोष्ठी, सेमिनार, मिटिङको आयोजना गर्ने तरिकाहरु ।
- गोष्ठी, सेमिनार, मिटिङको आयोजना गर्दा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु ।
- अध्ययन अवलोकन भ्रमणको आयोजना गर्ने तरिका तथा ध्यान दिनु पर्ने कुराहरु ।

अन्तिम कार्यसम्पादन उद्देश्य (Terminal performance objective):

- वृत्ति विकास संग सम्बन्धित सीपहरुको सहि प्रयोग भएको ।

औजार, उपकरण र सामग्रीहरु (Tools, Equipment and Materials):

- टेलिफोन, कम्प्युटर, इमेल, कागज, कलम, लेटर प्याड ।

सुरक्षा/सावधानीहरु (Safety/Precautions):

- कुरा गर्दा तथा पत्राचारगर्दा आदार सूचक शब्द तथा नम्र र सरल भाषा प्रयोग गर्ने ।

मोड्युल १६: उद्यमशीलता विकास (Entrepreneurship Development)

Total: 40 hrs

Theory: 18 hrs

Practical: 22 hrs

Course description

This course is designed to impart the knowledge and skills necessary for micro enterprise or a business unit of self-employment startup. The entire course intends to introduce enterprise, finding suitable business ideas and developing business idea to formulation of business plan.

Course objectives

After completion of this course, students will be able to:

1. Understand concept of enterprise and self-employment
2. Explore suitable business idea matching to self
3. Learn to prepare business plan
4. Learn to keep preliminary business record

S.N.	Task statements	Related technical knowledge	Time (hrs)		
			T	P	Tot.
1.	State the concept of business/enterprises	<ul style="list-style-type: none">• Introduction to business/enterprise• Classification of business/enterprises• Overview of MSMEs(Micro, Small and Medium Enterprises) in Nepal• Cost & Benefits of self-employment/salaried job	4		4
2.	Grow entrepreneurial attitudes	<ul style="list-style-type: none">• Wheel of success• Risk taking attitude	3		3
3.	Generate viable business ideas	<ul style="list-style-type: none">• Business idea generation• Evaluation of business ideas	1	2	3
4.	Prepare business plan	<ul style="list-style-type: none">• Concept of market and marketing• Description of product or service• Selection of business location• Estimation of market share• Promotional measures• Required fixed assets and cost• Required raw materials and costs• Operation process flow• Required human resource and cost	9	18	27

S.N.	Task statements	Related technical knowledge	Time (hrs)		
			T	P	Tot.
		<ul style="list-style-type: none"> • Office overhead and utilities • Working capital estimation and calculation of total finance required • Product costing and pricing • Cost benefit analysis (BEP, ROI) • Information collection method and guidelines • Individual business plan preparation and presentation 			
5.	Prepare basic business records	<ul style="list-style-type: none"> • Day book • Payable & receivable account 	1	2	3
Total:			18	22	40

Textbook:

क) प्रशिक्षकहरूका लागि निर्मित निर्देशिका तथा प्रशिक्षण सामग्री, प्राविधिक शिक्षा तथा व्यावसायिक तालीम परिषद्, २०६९

Reference book:

Entrepreneur's Handbook, Technonet Asia, 1981

एनेक्स-क

१. ज्यावलर उपकरणहरु

- एप्रोन
- सेफ कोट
- क्याप, जुता, पन्जा
- विभिन्न प्रकारका चक्कुहरु
- विभिन्न प्रकारका चापिङ्ग बोर्ड
- पिलर
- क्यान/बोतल ओपनर
- फ्रिज
- कुकिङ्ग टेबल
- वर्किङ्ग टेबल
- कुकिङ्ग रेन्ज/ग्यास चुलो
- ग्यास सिलिण्डर
- भेजिटेबल च्याक
- कराई
- डाडु
- पन्थु
- स्ट्रेनर
- सर्भिस स्पोन एण्ड फोर्क
- चिम्टा
- तावा (ठूलो, सानो)
- मिक्चर
- ग्रेटर
- टिक्सक
- डिस्पोजेबल बिन
- राइस कुकर
- प्रेसर कुकर
- म:म: स्टिमर
- वेल्ना चौका
- बाटा
- देक्की
- मिक्सिङ्ग बोल
- विभिन्न साइजका प्लेट, कचौरा, कप, ससर, ग्लास
- बाल्टी, जग
- भाडु, कुचो, फाइबर
- पोछा, डस्टर
- विभिन्न साइजका ट्रेहरु
- भिर
- ससपेन
- मसलादानी
- नमकिन बनाउने साँचो
- नन्स्टिक पेन
- फ्राइपेन
- छनौटा
- पिकल बोल
- काठको पन्थु
- प्लाष्टिकका खालि डिब्बा

२. अध्ययन सामाग्रीहरु

- प्रशिक्षकले लेखेका पुस्तकहरु
- प्रशिक्षकले लेखेका मेन्यूयलहरु
- ईन्टरनेट खोज
- सम्बन्धित जर्नल वा लेखहरु
- प्रशिक्षकले छानेका बजारमा उपलब्ध सम्बन्धित पुस्तकहरु
- प्रशिक्षकले छानेका बजारमा उपलब्ध सन्दर्भ ग्रन्थहरु

३. कार्यक्रम संचालनार्थ आवश्यक भौतिक सुबिधाहरु

- पर्याप्त कक्षा कोठाहरु
- पर्याप्तअफिस कोठाहरु
- स्टोर कोठा
- पर्याप्त सौचालय
- पुस्तकालय
- गाडी (ऐच्छिक)
- होस्टल(ऐच्छिक)
- चमेना घर(ऐच्छिक)
- कम्प्यूटर
- मल्टिमेडिया
- ईन्टरनेट
- बिजुली
- पानी
- बत्ती
- सब्यदृश्य सामाग्रीहरु